

Kirjallinen opinnäytetyö (AMK)

Esittävätaide

Nukketeatteri

2016

Liisi Lukkarinen

TÄMÄ ON MEIDÄN ROOMEIO JA JUULIA!

– Kuvaus harjoitteista sekä ohjaustyöstä kehitysvammaisista koostuvan työryhmän ohjaajana

Liisi Lukkarinen

TÄMÄ ON MEIDÄN *ROOMEO JA JUULIA!*

– Kuvaus harjoitteista sekä ohjaustyöstä kehitysvammaisista koostuvan työryhmän ohjaajana

Opinnäytetyöni kertoo teatteriesityksen ohjaamisesta kehitysvammaisista koostuvalle erityisryhmälle. Tavoitteena on löytää kehitysvammaiselle teatterin harrastajalle sopivimmat harjoitteet. Harjoitteiden pohjalta kokoon vinkkilistan teatteri-ilmaisun ohjaajille.

Esittelen *Oi Roomeot ja Juuliat*-esityksen harjoitusprosessia, sekä käytetyt harjoitteet ja kuvailen lyhyesti prosessin lopputuloksen eli teatteriesityksen. Lopuksi pohdin kahden haastattelututkimuksen ja oman oppimispäiväkirjani avulla teatteriharjoitteiden merkitystä kehitysvammaiselle teatterin harrastajalle.

ASIASANAT:

Kehitysvammainen, erityisryhmä, harjoitusprosessi, prosessi, teatteriesitys, harjoitteet

BACHELOR'S THESIS | ABSTRACT

TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Performing Arts | Puppet theatre

2016 | 55 pages

Instructor Ari Ahlholm

Liisi Lukkarinen

THIS IS OUR ROOMEEO AND JUULIA!

- *Description about how to direct the theatre group consisting of disabled people and what kind of theatre exercises we used.*

My thesis work is about directing a theatre play to a special group consisting disabled persons. My goal was to find best theatre exercises for disabled people who are interested about theatre. On the basis of this work I gather some tips for other drama instructors.

I present the process and best practices used in *Oi Roomeot and Juuliat* theatre show.

At the end I want to deepen the importance of practicing of theatre play with two interviews and some thoughts from my own learning diary.

KEYWORDS:

Disabled, exercise, process, theatre show

SISÄLLYSLUETTELO

1. JOHDANTO

2. HARJOITTEIDEN ESITTELY

2.1. Kehonhuolto

2.1.1. Ääniharjoitteet

2.1.2. Mielikuvaharjoitteet

2.2. Improvisaatioharjoitteet

2.3. Tunneharjoitteet

2.4. Ryhmäyttävät harjoitteet

2.5. Keskittymis- ja rentoutumisharjoitteet

2.6. Statusharjoitteet

2.7. Pelit ja leikit

3. OI ROOMEOT, OI JUULIAT –

PROSESSIN KUVAUS

3.1. Esityksen kulku

3.2. Kuvat esityksestä

4. ERITYISRYHMÄNÄ KEHITYSVAMMAISET

5. POHDINTA

6. HAASTATTELUT

6.1. Eilan Saarvan haastattelu

6.2. Tuomas Suomisen haastattelu

7. VINKKILISTA KEHITYSVAMMAISISTA KOOSTUVAN ERITYISRYHMÄN OHJAAJALLE

8. LOPUKSI

LIITTEET

Liite 1. Juliste

Liite 2. Lehtiartikkeli, Salonjokilaakso, 12.3.2015.

Liite 3. Lehtiartikkeli, Salon Seudun Sanomat, 10.3.2015.

Liite 4. Arvostelu, Salon Seudun Sanomat, 19.3.2015

Liite 5. Eila Saarvan haastattelu

Liite 6. Tuomas Suominen haastattelu

KÄYTETYT LYHENTEET (TAI SANASTO)

Meditatiivinen	Meditaatioon liittyvä tai perustuva, mietiskelevä (Hosia ym. 2002, 408).
Kehitysvammainen	Henkilö, jonka kehitys tai henkinen toiminta on estynyt tai häiriintynyt tai häiriintynyt synnynnäisen tai kehitysiässä saadun sairauden, vian tai vamman vuoksi. (Koski ym. 2009, 16.)
Erityisryhmä	Ryhmä ihmisiä, joiden ominaisuuksissa on jotain psyykkisiä tai fyysisiä erityispiirteitä.
Impulssi	Impulssi on asia tai teko, joka synnyttää reaktion.
Assosiaatio	Mielteiden kytkeytyminen toisiinsa siten, että toisen esiintyessä toinenkin tulee tietoisuuteen. Sana tarkoittaa myös samankaltaisuutta, samanaikaisuutta, peräkkäisyyttä ja vastakohtaa. (Hosia ym. 2002, 44)
Status	Arvostus, kunnioitus tai arvovalta, jonka yksilö saavuttaa asemassaan yhteiskunnassa (Wikipedia).
Kontakti	Yhteys tai kosketus (Hosia ym. 2002, 342).
Mimiikka	Eleet, elehdintä, ilmehdintä, ilmaisu elein ja ilmein (Hosia ym.2002, 422).
Pantomiimi	On sanaton esitys tai näytelmä, joka perustuu esittäjiensä eleisiin, ilmeisiin ja liikkeisiin (Wikipedia).
Fyysinen teatteri	Lähtökohtana näyttämöllä ei ole näytelmien käsikirjoitus vaan näyttelijän liikekieli. Näyttelijä muodostaa kehollaan visuaalisia tarinoita, joissa ei tarvitse olla puhuttua tekstiä. Esityksessä puhe tulee mukaan vasta kun siihen on tarvetta. (Pätsi 2010, 108.)
Down oireyhtymä	Synnynnäinen kehityshäiriö, jonka erityispiirteet ja ominaisuudet johtuvat soluissa esiintyvistä ylimääräisistä kromosomista nro 21. (Ingelin ym.1988, 9.)
Autismi	Neurologinen keskushermoston kehityshäiriö (Koski ym. 2009, 109).

1. JOHDANTO

Alussa oli toive.

Haluamme tehdä jotain hauskaa ja romanttista, vähän niin kuin Romeo ja Julia. Toive tuli näytelmäkerholaisilta, joka koostui kehitysvammaisista teatterin harrastajista. Toiveesta syntyi esitys, *Oi Roomeot, Oi Juuliat – Rakkaustarinoita Shakespearen innoittamana*.

Opinnäytetyöni kertoo teatteriesityksen ohjaamisesta kehitysvammaisista koostuvalle erityisryhmälle. Kuvailen lyhyesti minkälaisen, esityksen saimme aikaan. Teatteriesitys valmistettiin osittain devising-tekniikalla, eli käsikirjoitus valmistettiin yhdessä ryhmän kanssa ja ryhmän ehdoilla edettiin. Valmis käsikirjoitus muotoutui jokaisen harjoituskerran myötä.

Ohjaajana otin tavoitteeksi tehdä ryhmän näköisen esityksen. Teatteriesityksen jossa jokaisen ryhmäläisen ajatukset ja näkökulmat elämästä välittyivät esityksen kautta. Toinen merkittävä tavoite oli, että näyttelijät saivat kokemuksen näytellä tarinan kannalta suuressa roolissa. Toisin sanoen kaikki näyttelijät saivat ison roolin, jokaisella oli pääroolin kaltainen rooli, kaikki saivat tilaisuuden loistaa.

Opinnäytetyössäni keskityn harjoitteiden merkitykseen ja sisältöön näyttelijälle. Tarkastelun kohteena ovat harjoitusten merkitys etenkin kehitysvammaiselle teatterin harrastajalle.

Harjoitteiden merkitys on teatterin harrastajalle merkittävä. Harjoitteiden avulla käsitellään esityksen aiheita, kasvatetaan ryhmähenkeä sekä tutustutaan näyttelijän tärkeimpään instrumenttiin eli omaan kehoon ja sen mahdollisuuksiin. Harjoitteet kehittävät näyttelijän itseluottamusta, ryhmätyöskentelytaitoja ja antavat esiintymisvarmuutta. Harjoitteiden avulla jumpataan näyttelijäntyöntaitoja ja kehitytään esiintyjänä.

Opinnäytetyössäni keskityn harjoitteiden yksityiskohtaiseen avaamiseen sekä käyn läpi havaintoja niiden sopivuudesta kehitysvammaiselle erityisryhmälle.

Tavoitteena on löytää sopivat harjoitteet kyseiselle ryhmälle. Lopuksi kokoan tekemistäni havainnoista vinkkilistan muille teatteri-ilmaisun ohjaajille.

Kehitysvammaisista koostuvassa erityisryhmässä on huomioitava, että jokaisella on yksilöllinen diagnoosi. Joten kaikille varmasti toimivaa harjoitusta on haastava löytää, mutta laajalla harjoitekirjolla löydetään varmasti jokaiselle sopiva harjoite.

Merkittävä tekijä harjoitteiden onnistumiseen, on ryhmän tuki ja luottamus. Turvallisessa ja toisiinsa luottavassa ryhmässä harjoitteet vahvistavat ryhmän jäseniä, sekä kehittävät ryhmädynamiikkaa.

Harjoitteet olen jaotellut seuraavasti: Kehonhuolto-, improvisaatio-, tunne-, status-, keskittymis- ja rentoutumisharjoitteisiin sekä ryhmähenkeä kasvattaviin harjoitteisiin. Tähän joukkoon mahtuu vielä harjoitteet, joita kuvaan otsikolla Pelit ja leikit.

Lopuksi pohdin opinnäytetyössäni onnistuneita harjoituskertoja sekä vähemmän onnistuneita harjoituksia ja harjoitteita. Reflektoin kokemuksiani ryhmän ohjaamisesta. Syvennän harjoitteiden merkitystä ohjaamistyössä vertailemalla omia kokemuksia kahden muun ohjaajan näkemykseen teatteriharjoitteista kehitysvammaiselle erityisryhmälle.

2. HARJOITTEIDEN ESITTELY

Harjoitus tai harjoite: Sanat kertovat toiminnasta, joka kehittää haluttua toimintaa eteenpäin. Tavoitteena teatterissa on usein yleisölle esitettävä harjoitusprosessin lopputulos eli teatteriesitys.

Harjoitusvaihe voi joskus olla prosessina tärkeämpi, kuin haluttu taiteellinen lopputulos. Tavoitteina tällöin ovat harjoitusprosessin myötä opitut taidot sekä ryhmähengen ja ryhmätyöskentelytaitojen kehittyminen.

Kehitysvammaiselle erityisryhmälle pidän todella tärkeänä harjoitusprosessia. Prosessin aikana opitaan esiintymiseen liittyviä taitoja ja minäkuva kehittyy. Kannustava ohjaaja tukee ryhmäläisiä harjoitusprosessin aikana. Ohjaajan rooli turvallisen ilmapiirin luomisessa on tärkeä, koska onnistuneet harjoituskerrat kehittävät ryhmäläisten itseluottamusta esiintyjänä. Turvallisessa toisiaan tukevassa ryhmässä on helppo ilmaista itseään ja kehittyä luottamaan itseensä esiintyjänä.

Harjoitteilla saadaan näyttelijä rentoutumaan, keskittymään ja luottamaan ryhmään, ja ennen kaikkea harjoitteet ne auttavat heittäytymään teatterin maailmaan. Heittäytymisellä tarkoitan itsevarmuutta ja rohkeutta esiintyä yleisölle. Heittäytyminen pitää sisällään vastaanäyttelijän ja yleisön kuuntelemisen taidon. Harjoitukset auttavat myös ohjaa tutustumaan ryhmään, sekä antavat informaatiota ryhmäläisten taidoista ja ilmaisukyvyistä kuten Kanerva & Viranko seuraavassa lainauksessa toteavat.

Teatterissa alkuharjoitusten tehtävänä on avata mielenportit, synnyttää avoin, luottamuksellinen ilmapiiri, jotta jokainen uskaltautuu toimimaan ryhmässä vapaasti ja ilmaisemaan itseään, panemaan itsensä alttiiksi, olemaan kokonaan läsnä. Harjoitusten aikana ryhmän vetäjä saa sekä arvokasta tietoa ryhmästä ryhmänä sekä sen yksittäisistä jäsenistä, heidän taidoistaan, peloistaan, keskittymiskyvystään, mielentilastaan, sosiaalisuudestaan ja ilmaisukyvystään. (Kanerva & Viranko 1997, 27.)

Leikin kautta on harjoitustilanteessa helppo omaksua uusia asioita, kuten Vehkalahti toteaa. Ilman mahdollisuutta kokeilla ja leikkiä, ei voi syntyä mitään uutta (Vehkalahti 2008, 34). Harjoitustilanteet, joissa ryhmässä on turvallinen ilmapiiri, uskalletaan kokeilla sekä epäonnistua, teatteriryhmässä jossa luottamuksellinen suhde löytyy ryhmänjäseniin, eivät vastoinkäymiset tai epäonnen hetket lamaannuta. Pikemminkin päinvastoin, sillä haastavat tilanteet käännetään kasvutarinoiksi. Epäonnistuminen tai oman virheellisyytensä myöntäminen ei ole kenellekään helppoa, ja asian hyväksyminen vaatii paljon harjoittelua ja luottamusta ryhmään. Harjoitteiden avulla esiintyjä uskaltautuu kokeilemaan omia rajojaan ja kasvamaan esiintyjänä.

Osalle kehitysvammaisista epäonnistumisen kokemukset ovat todella vaikeita hyväksyä. Ohjaajan on tällöin nähtävä epäonnistuneeksi koetun kokemuksen positiiviset puolet ja tuotava ne esille. Positiivista tunnelmaa saadaan kohotettua ryhmähenkeä lisäävillä harjoituksilla. Toisiaan kannustava ja tukeva ryhmä antaa tilaa jokaiselle ryhmän jäsenelle kokeilla tuomitsematta heidän heittäytymistään teatteriharjoituksiin.

Vehkalahteen mukaan harjoitustilanteet tulee suunnitella kokonaisuudeksi, jossa on jatkuvuutta. Hyvä harjoituskerta on kokonaisuus, ja prosessisin pidempi kaari rakentuu tukevista ja toisistaan etenevistä harjoituskerroista (Vehkalahti 2008, 184). Harjoitustilanteissa tavoitteena on ollut onnistunut harjoituskerta, hyvän ilmapiirin säilyttäminen, sekä kehittäminen ja harjoitellun asian eteenpäin vieminen.

Jokainen harjoitus ja harjoite ovat palasia isosta kokonaisuudesta, josta syntyy taideteos. Toiminta ja energia harjoituksissa ovat kuin soljuva virta, innostus vie ryhmäläisiä eteenpäin.

2.1. Kehonhuoltoharjoitteet

Nivelten lämmittely, on muokattu Rene Bakerin (2011-2015, oppimispäiväkirja muistiinpanot) alkulämmittelyistä. Harjoitus on rutiinin omainen alkulämmittely. Opiskeluni ensimmäisinä vuosina pidin kyseistä harjoitusta suorastaan tylsänä, pitkästyttävänä ja vanhoillisena. Myöhemmin olen oppinut arvostamaan lämmittelyn meditatiivista vaikutusta.

Harjoite toimii samalla keskittymisharjoitteena sekä rauhoittaa ryhmänjäsenet turvallisesti teatterin maailmaan. Tämä harjoite on toistettu joka kerta ensimmäisenä. Turvalliset rutiinit auttavat ryhmäläisiä keskittymään.

Nivelten ja kehon lämmityksessä käydään läpi kehon kaikki nivelet, kevyesti pyöritellen läpi. Nivelten liikkuvuus on jokaisella yksilöllistä ja osalla kehitysvammaisista oman kehon hahmottaminen on vaikeaa. Lisäksi tasapainon pitäminen tuottaa haasteita. Joten liikkeet tulee näyttää todella selkeästi sekä ohjeistaa selvästi.

Nilkat:

Nilkat pyöritetään kevyesti ilmassa, jos tasapaino tuottaa vaikeuksia, voi ottaa seinästä tai kaverista tukea. Nilkan voi verrytellä myös vain kääntämällä kantapäästä sisäpuolelle ja ulkopuolelle, jalka on tällöin koko ajan maassa.

Polvet:

Polvien lämmittely aloitetaan polvien koukistamisella. Tämän jälkeen kokeillaan mennä kyykkyyyn, ja jos tämä on ollut liian haastavaa, ryhmäläiset ovat jatkaneet pelkästään polvien koukistamista. Tärkeää on huomioida, että jalat ovat suorassa linjassa polvien kanssa. Jokainen tekee liikkeet oman liikkuvuutensa mukaan, varovasti ja omaa kehoa kuunnellen.

Lantio:

Vyötäröön saadaan liikkuvuutta työntämällä napaa mahdollisimman eteen. Seuraavaksi pyllistetään taakse. Mielikuvilla isosta mahasta tai isosta takapuolesta saadaan harjoitteeseen lisää tehoa. Lantionseudun ääriasennot löydettyämme lantiota lähdetään pyörittämään. Tavoitteena on saada mahdollisimman iso ympyrä lantiolla, sama toistetaan toiseen suuntaan.

Selkä:

Selkärangan voi lämmitellä työntämällä rintarankaa eteen ja köyristämällä selkää taakse. Mielikuvalla kuninkaasta rinta rottingilla saadaan rintarankaa eteen. Selän köyristystä saadaan taas mielikuvalla palvelijasta painavaa reppua kantamassa. Haasteellisemmassa versiossa tehdään ympyrää rintarangalla ja selällä samaan tapaan kuin aikaisemmin tehtiin lantiolla.

Käsivarsi, olkapäät ja ranteet:

Molemmat käsivarret pyöritellään eteenpäin ja taaksepäin. Olkapäät lämmitellään nostamalla olkapäät lähelle korvia, tämän jälkeen pudotetaan olkapäät rennosti alas. Ranteet lämmitellään pyörittämällä. Mielikuvalla ranteista, joihin on lisätty öljyä, saadaan ranteet liikkumaan rennosti.

Niska:

Niskan seutu lämmitellään kääntämällä päätä varovasti oikealle sekä vasemmalle olkapäälle. Niskan lämmittely on suoritettu hyvinkin varovasti, koska osalle kehitysvammaisista tasapainossa pysyminen tuottaa haasteita. Pään pyörittäminen saattaa tällöin aiheuttaa pyörryttävän olotilan.

Silmät:

Silmien eli katseen lämmittelyssä voimistellaan katsetta kääntämällä katsetta ylös, alas, vasemmalle ja oikealle.

Kehonhuolto on kokemukseni mukaan välttämätöntä, koska näyttelijän tärkein työkalu on keho. Tavoitteena nivelten ja kehon lämmittelyssä on myös saada ryhmäläisten vireystila keskittyneeksi alkavaan harjoituskertaan. Hyvin lämmitelty keho ehkäisee tapaturmia, koska tällöin harvemmin tapahtuu nyrjähtämisistä, murtumia tai muita äkkinäisistä liikkeistä syntyviä vaurioita.

2.1.1. Ääniharjoitteet

Äänen lämmittely on osa kehonhuoltoa. Äänellä ilmaistaan tunteita ja kerrotaan omia ajatuksia. Joidenkin kehitysvammaisen ääntämyksestä voi olla vaikea saada selvää. Koska ääni on kuitenkin osa ilmaisua, niin lasken äänelliseksi ilmaisuksi kaiken ääntämyksen. Tavoitteena harjoituksissa ei ole opetella puhetekniikkaa tai saada aikaan hienoja ymmärrettäviä sanoja, vaan kehittää ilmaisua joissa äänteiden avulla löydetään uusia ilmaisutapoja.

Puheesta on vaikea saada selvää, koska kehitysvammaisten puhe on usein motorista. Puheen tuottamiseen tarvittavan kielen, kurkunpään ja hengityslihasten koordinaatiossa on häiriöitä, jolloin puheen tuottaminen on vaikeampaa. (Koski ym. 2009, 146.)

Autistiselle yksilölle haasteellista oppia tulkitsemaan ruumiinkieltä, ilmeitä ja eleitä. Puhehäiriöille on myös tyypillistä lähes aina kielen ymmärtämisen vaikeus. (Koski ym. 2009, 146.) Ohjaamassani ryhmässä en ole törmännyt kielen ymmärtämisen vaikeuteen.

Äänentuottamisen tai kielen ymmärtämisvaikeuksista huolimatta ääntä voi verryttellä. Vehkalahti (2008, 126) kuvailee, että hyvässä äänenkäytötekniikassa hengitys lähtee rennosti ja pakottamatta mahdollisimman alhaalta hengityskoneistossa. Ääni väreilee kehossa ja tarvitsee kaikupohjan muotoutuakseen.

Näyttelijän omaa ääntä olemme etsineet äänimaisemaharjoituksella, jossa tavoitteena on oman äänen kuuleminen, sekä mahdollisuus leikkiä omalla äänellä, löytää uusia tapoja käyttää omaa ääntä. Seuraavaksi esittelen ääniharjoitteita.

Äänimaisema:

Seisotaan piiri muodostelmassa ja laitetaan silmät kiinni. Ohjaaja voi alustaa äänimaisemaa antamalla paikan, jossa äänimaisema tapahtuu. Ryhmäläiset antautuvat äänimaiseman mielikuviin tuottamalla haluamaansa ääntä. Harjoituksessa kehittyä improvisointitaito ja ryhmän kuunteleminen.

Hih,hah,hoh,heh:

Harjoituksessa nauretaan monenlaisilla äänteillä, kuten hih, hah, hoh tai heh. Jokaista äännettä nauretaan kerrallaan ja siirrytään aina seuraavaan äänteeseen. Harjoituksessa tavoitteena on tunnelman nostattaminen ja rentoutuminen.

Äänipallo:

Seisotaan piiri muodostelmassa ja ohjaaja laittaa eteenpäin mielikuvituspallo, joka pitää ääntä. Pallo kiertää piirissä, äänteet ovat yksinkertaisia, esimerkiksi vokaaleja tai konsonantteja. Harjoituksen tavoitteena on äänen avaus, ryhmän kuunteleminen, sekä totuttautuminen yleisön edessä esiintymiseen.

2.1.2 Mielikuvaharjoitteet

Mielikuvaharjoitteita ovat harjoitteet, joissa tarinoiden, satujen tai mielikuvituksen avulla liikutaan sekä tehdään kehonhuoltoon vaikuttavia liikkeitä. Mielikuvaharjoitteet ovat mielestäni toimivia kehonhuoltoharjoitteita, koska eläytymällä tarinaan tehdään huomaamattamme liikkeitä, joiden opastaminen veisi enemmän aikaa. Tarinaan eläytymällä liikkeet tehdään kokonaisvaltaisemmin ja vältetään pinnallinen ohjaajan matkiminen.

Omenan poimiminen:

Poimitaan omena vasemmalla kädellä ylhäältä oikealta, joka viedään poimijan vieressä olevaan mielikuvituskoriin. Sama toistetaan toisella kädellä toiseen suuntaan. Omenat poimitaan myös suoraan edestä, sivuilta ja takaa. Tavoitteena omenajumpalla on saada kehon elastisuutta sen harjoittajaan.

Syksyinen puu:

Olemme syksyinen puu, joka heiluu tuulessa, tuuli taivuttaa puuta vasemmalle sekä oikealle. Tuuli kovenee, se suorastaan riepottelee puuta, tuuli vain kovenee, tulee suorastaan myrsky, joka saa puun tiputtamaan kaikki lehdet maahan. Puun lehdet saadaan maahan tärisyttämällä kehoa tai nostamalla kantapäitä ylös. Kun syksyisen puun lehdet ovat pudonneet maahan sekä tuuli on hiljentynyt pois, muutamme puutarhuriksi, joka haravoi kaikki tippuneet lehdet isoksi lehtikasaksi. Puutarhuri piiloutuu lehtikasaan, käytännössä menemme kyykkyasentoon ja sieltä hyppäämme ylös, sekä huudamme – *Jippii!* Tai, mitä vaan, joka sopii harjoiteltavaan teemaan. Tavoitteena harjoituksella on lisätä liikkuvuutta, rentouttaa, sekä nostattaa tunnelmaa.

Lumihiutaleet:

Kädet ovat lumihiutaleita, jotka leijailevat maahan. Nostetaan kädet korkealle ylös ja lasketaan kädet alas. Lumihiutaleet voivat lähteä leijailemaan tilassa. Tavoitteena harjoituksella on rentoutuminen, keskittyminen, tilan hahmottaminen ja kehon huolto.

Kehonosamoottori:

Lähdetään liikkumaan tilassa ajatuksella, että jokin kehonosa vie sinua moottorin lailla, moottorina voivat toimia polvet, napa, rinnat, olkapää, nenä, takaraivo, korvat, kädet ja jalat. Moottorina oleva kehonosa unohdetaan, kun seuraava moottori tulee toimintaan. Tästä harjoituksesta saa muunnettua aktiivisemmän harjoituksen lisäämällä moottoreita. Moottorit vievät tuolloin näyttelijää eri suuntiin. Ohjaamalleni kehitysvammaiselle näyttelijäryhmälle selkeämpää oli pudottaa moottoreita. Koska tällöin näyttelijä keskittyi vain yhteen asiaan kerrallaan. Harjoituksen tarkoituksena on tilan hahmottamisen, oman kehon hahmottamisen, improvisointi, muiden ryhmäläisten kuunteleminen ja kehonhuolto.

2.2. Improvisaatioharjoitukset

Improvisaatio on mielestäni olennainen osa näyttelijäntyötä ja pidän tärkeänä tämän alueen kehittämistä. Improvisaatioharjoitteet kehittävät harrastajan tajua omasta kehostaan ja sen mahdollisuuksista, sekä heidän kontaktiaan toisiinsa ja tilanneherkkyyttä (Vehkalahti 2008, 159).

Spontaani-improvisaatio opettaa tilannetajua ja kuuntelemaan vastaanäyttelijöitä sekä yleisöä. Tavoitteena harjoituksissa on rentoutuminen ja heittäytyminen harjoituksiin ilman pelkoa epäonnistumisesta. On suorastaan toivottua, että uskaltaa ”mokata”. Uskaltautumalla mokaamisen rajamaille, voidaan löytää jotain uutta ja kehittyä esiintyjänä sekä ryhmänä. Hullutteleva ja nauravainen improvisaatio antaa turvallisen maaperän mokaamiselle. Ryhmä luottaa toisiinsa ja uskaltautuu antautumaan myös kokeilemaan turvallisesti epäonnistumista improvisaation avulla. Haasteellista voi olla pettymyksen

kokeminen, koska osalla kehitysvammaisista on puutteellinen pettymyksen sietokyky ja ilmenee hallitsemattomina tunnereaktioina (Koski ym. 2009, 115). Ohjauskokemukseni perusteella tunnereaktiot ovat voimakkaita, mutta reaktion aiheuttaneen tilanteen välitön avaaminen keskustelemalla helpotti ryhmäläisiä.

Kehitysvammaiselle harrastajanäyttelijälle improvisaatio antaa mahdollisuuden kokeilla heittäytymistä harjoitteissa turvallisesti leikkimällä. Musiikin avulla on helppo rentoutua ja heittäytyä impulssien vietäväksi.

Tanssipiiri:

Harjoitus toimii seuraa johtaja-leikin tavoin, mutta tässä harjoituksessa ollaan tanssipiirissä. Ohjaaja lähtee tanssimaan helposti seurattavia liikkeitä, muut seuraavat perässä. Ohjaaja antaa vuoron seuraavalle tanssinohjaajalle käsillä selkeästi osoittaen tai henkilön nimen lausuen. Jokainen piirissä oleva pääsee ohjaamaan ryhmää omalla tanssillaan. Harjoitukseen voi lisätä mielikuvaharjoitteita tuomalla esitykseen sopivia mielikuvia tanssipiiriin. Esimerkiksi kuvittelemme siivet selkään, hännän taakse tai tanssimme roolihahmoissa. Mielikuvia voi lisätä lähes rajattomasti. Parhaiten toimivat selkeät ja yksinkertaiset mielikuvat. Tärkeää on korostaa ryhmälle, että tavoitteena ei ole näyttää muulle ryhmälle hienoja tanssikuvioita, vaan musiikin kuunteleminen ja sieltä tulevien impulssien löytäminen liikkeeksi. Kuunnellaan omaa kehoa, sekä seurataan tanssia ohjaavaa ohjaajaa, mutta jokainen tekee liikkeit omalle keholleen sopivalla tavalla. Harjoite kehittää improvisointi kykyä, taitoa kuunnella ryhmää ja oman kehon hahmottamista. Harjoite toimii myös kehoa huoltavana harjoitteena.

Liikeassosiaatio:

Harjoitus toimii samaan tapaan kuin sana-assosiaatio ja yleensä olemme tehneet harjoituksen sana-assosiaation harjoituksen jälkeen. Liikeassosiaatio lähtee myös piiri muodostelmasta. Olemme piirissä ja ohjaaja ottaa katsekontaktin johonkin piirissä olevaan henkilöön. Kontaktin ottaja myöskin

osoittaa henkilöä selvästi kädellä ja lähtee kulkemaan osoitettua henkilöä kohti. Liikkeen muoto voi olla ohjaajan toivomuksesta alatasossa, keskitasossa tai ylätasossa. Liikkumiseen voidaan lisätä roolityöskentelyyn vaadittavaa roolihahmon liikkumistapa tai muita mielikuvaharjoitteita. Kuten liikkukaa kuin merihirviö, keijukainen tai muita helposti omaksuttavia mielikuvitusta virittäviä roolihahmoja. Tavoitteena harjoituksessa on kontaktin ottaminen ryhmäläisiin, improvisointitaidon lisääminen, ryhmän kuunteleminen, liikelaadun lisääminen käyttämällä näyttelijätyössä liikkumiseen eri tasoja ja roolihahmon liikkumiseen tutustuminen.

2.3. Tunneharjoitteet

Tunneharjoituksissa näyttelijät pääsevät eläytymään eri tunteisiin. Kehitysvammaiselle ryhmälle on tärkeä korostaa, että harjoituksissa esitettävät tunteet ovat vain teatteria. Esimerkiksi roolihahmo voi olla vihainen, mutta näyttelijäkaveri vain esittää vihaista. Koska osan kehitysvammaisista on vaikea ymmärtää, näyteltyjen ja todellisten tunteiden eroa. Vihaista esittävä näyttelijäkaveri ei todellisuudessa ole vihainen. Negatiivisia tunteita käsitelleet harjoitukset on hyvä purkaa myös fyysisesti, vaikkapa halailemalla tai nauramalla (Vehkalahti 2008, 135).

Roomeot ja Juuliat työryhmän harjoituksissa, vahvojen negatiivisten tunteiden harjoitusten jälkeen olemme tehneet myöhemmin kertomani *nauru kiertää* harjoituksen, joka on kohottanut ryhmän tunnelmaa.

Ohjauskokemukseni perusteella on kehitysvammaiselle teatterin harrastajalle tärkeää oppia ilmaisemaan omia tunteitaan. Tunneharjoituksissa on tavoitteena saada ryhmän jäsenet tutustumaan omiin tunteisiin ja löytämään tapoja kokea ja ilmaista tunteitaan ja reagoida yleisöönsä (Vehkalahti 2008, 134-135).

Nauru kiertää ja suru kiertää:

Seistään piirissä, ohjaaja aloittaa nauramisen antaa vuoron seuraavana piirissä olevalle, joka siirtää sen seuraavalle. Nauru kiertää piirissä ja kasvaa isommaksi aina siirryttäessä seuraavaan. Sama ketjureaktio tehdään surulla, tunnetta kasvatetaan aina seuraavalle tunnetta siirrettäessä. Surun jälkeen tehdään vielä naurukierros, jotta ryhmään jää positiivinen tunnelma. Harjoituksen tavoitteena on tunteiden ilmaisun helpottaminen, sekä tunteiden venyttäminen kasvattamalla ja pienentämällä tunnetta. Venyttämisellä tarkoitan tunteen näyttelemistä isosti tai pienesti. Lisäksi harjoitus kehittää ryhmän kuuntelemisen taitoa ja kohottaa mielialaa.

Tunnetuoli:

Piirin keskellä on tuoli, jolle näyttelijät vuorotellen käyvät kertomassa sanoilla asioita eri tunnetiloilla, tuolia voi myös koskettaa ja ilmaista tunteet pelkästään mimiikalla. Tavoitteena harjoituksella on helpottaa tunteiden ilmaisemista, kehittää improvisointi taitoa ja ryhmän kuuntelemista.

Tunnetuolit:

Näyttämöllä on kolme tuolia. Yksi näyttelijä käy istumassa jokaisella tuolilla. Jokaisella tuolilla on omatunne, jota tuoli edustaa. Näyttelijä lausuu yhden sanan tai repliikin harjoiteltavasta näytelmästä, sekä näyttelee tuolin tunteen istuessaan siihen. Tunteet joita tuolit edustavat ovat: viha, suru ja ilo. Tunnetuoleja voidaan lisätä, mutta tässä on mielestäni kolme helposti tunnistettavaa tunnetta, joita ryhmäläisten on helppo löytää. Tavoitteena harjoituksessa on turvallinen tutustuminen tunteisiin, improvisointitaidon kehittyminen ja näyttämöllä yleisölle esiintyminen.

2.4. Ryhmähenkeä lisäävät harjoitteet

Ryhmähenkeä lisäävät harjoitteet kehittävät ryhmän dynamiikkaa ja lisäävät ryhmäläisten motivaatiota työskennellä yhteisen tavoitteen eteen.

Sana-assosiaatio:

Harjoituksessa ryhmä on piiri muodostelmassa. Ohjaaja ottaa katsekontaktin, sekä osoittaa piirissä olevaa henkilöä kädellä selkeästi ja sanoo jonkun sillä hetkellä mieleen tulevan sanan. Tämän tehtyään hän lähtee liikkumaan osoitettua kohti. Seuraavaksi osoitettu henkilö sanoo hänelle kerrotusta sanasta oman assosiaationsa, sekä osoittaa seuraavaa, ja näin harjoitus etenee. Tavoitteena harjoituksessa on kontaktin ottaminen muihin ryhmäläisiin, rentoutuminen ja ryhmäytyminen.

Tämä harjoitus on ohjaamani kehitysvammaisen työryhmän suosikkilämmittelyharjoitus. Tavallisessa teatteriryhmässä voi harjoituksella opastaa näyttelijöitä tekemään näyteltäviä asioita, asia kerrallaan. Kehitysvammaisen työryhmän kanssa tärkeimpänä tavoitteena pidän ryhmäläisten kontaktin ottamistaitoa muihin ryhmäläisiin. Katsekontaktin ottaminen voi tuottaa autistiselle henkilölle suuria haasteita. Tämän harjoituksen avulla voi taitoa harjoittaa turvallisesti.

Harjoituksen onnistumiseen menee monta harjoituskertaa, koska kehitysvammaisen ryhmä vaatii aikaa harjoituksen läpi viemiseen. Mieleen assosioituva sana kestää hetken miettiä, kontaktin ottaminen, sekä siirtyminen toiseen paikkaan piirissä etenee verkkaisesti ja rauhallisella tempolla. Ohjaajan on hyvä pitää huolta, että kaikki ryhmäläiset saavat katsekontaktin ja ovat mukana harjoituksessa. Ryhmäläisiä voi esimerkiksi opastaa osoittamaan henkilöä, joka on jäänyt vähemmälle huomiolle harjoituksen tiimellyksessä.

Parhaimmillaan harjoitus rentouttaa, sekä antaa tilaisuuden unohtaa arki ja keskittyä harjoiteltavaan näytelmään. Sana-assosiaatiota voidaan käyttää myös kertaamaan näytelmässä tapahtuvia asioita keskittymällä vain sanoihin jotka liittäisi harjoiteltavaan näytelmään.

Peppu vasten peppua:

Ryhmäläiset lähtevät tanssimaan musiikin innoittamana pareittain Ohjaaja pysäyttää musiikin ja antaa tanssiville pareille uuden ohjeistuksen tanssia. Ohjeita voivat olla esimerkiksi peukalo vasten peukaloa, korva vasten korvaa, polvi vasten polvea jne. Harjoite kehittää oman kehon hahmottamista, nostattaa tunnelmaa ja lisää kontaktinottamistaitoa. Ryhmähenkeä kehittävän ja kontaktinottamistaitoa lisäävän harjoitteesta saa ohjeistuksella, joissa useampi ryhmäläinen pääsee kontaktiin keskenään. Ohjeita voivat olla esimerkiksi: Laittakaa kuusi polvea yhteen, kolme peppua, kymmenen kättä yhteen jne. Tavoitteena on saada koko ryhmä kontaktiin toistensa kanssa.

Ohjaamalleni kehitysvammaiselle ryhmälle harjoite toimi tunnelman nostattajana. Ohjaajan valitsema musiikki vaikuttaa paljon harjoituksen tunnelmaan. Harjoituksella on piristävä ja leikkimielisyyttä lisäävä vaikutus, ryhmäläiset uskaltavat kokeilemaan ja heittäytymään turvallisesti kokemassaan ryhmässä.

Tuolitanssi:

Istutaan piirissä, ohjaaja laittaa musiikkia soimaan. Ohjattava ryhmä lähtee tanssimaan tuolien ympärillä. Ohjaaja ottaa ennen musiikin pysäyttämistä tuolin pois. Tässä harjoituksessa kukaan ei tipu pois tuolitanssista, vaan tuolit vähenevät. Lopulta kaikki ovat lähekkäin toisiaan ja yhdellä tuolilla. Toisaalta yhdelle tuolille harvoin mahtuu koko ryhmä, eikä se välttämättä ole turvallista, niinpä lopussa ryhmä on ollut lähekkäin toisiaan yhden tuolin ympärillä. Harjoituksen tarkoituksena on ryhmähengen lisääminen, sekä helpottaa kontaktin ottamista muihin ryhmäläisiin.

Ohjaamani kehitysvammaisen ryhmän kanssa tämä harjoitus toimi mainiosti. Tuolitanssi lisää ryhmähenkeä sekä kohottaa tunnelmaa. Musiikin valinta vaikuttaa paljon millaisen tunnelman ryhmäläiset harjoituksesta saavat. Iloinen musiikki saa iloiseksi, sekä tuo energiaa.

Haasteena harjoituksessa on kontaktin ottaminen, muihin ryhmäläisiin. Osalle kehitysvammaisista harjoitus on vaativa juuri tuon kontaktin ottamisen takia. Tuolitanssi vaatii onnistuakseen turvallisen ja luottavaisen ilmapiirin. Harjoitus myös lisää luottamusta muihin ryhmäläisiin.

Sokkoparitanssi:

Ryhmä jaetaan pareihin. Tähän harjoitukseen voi ottaa musiikin mukaan, tai tehdä ilman musiikkia. Musiikilla harjoitukseen luodaan turvallista sekä positiivista ilmapiiriä. Toiselle pareista annetaan liina, joka solmitaan silmien eteen. Pari lähtee kuljettamaan sekä tanssittamaan sokkoparia käsistä kiinni pitäen. Ryhmähenkeä lisäävän harjoitteesta saa pysäyttämällä musiikin ja kehottamalla tanssijoita vaihtamaan pareja. Ohjaajan on hyvä pitää huolta, että jokaiselle sokkotanssijalle löytyy nopeasti tanssipari. Tärkeänä pidän parinvaihdon ripeyttä, koska sokkona oleva pari saattaa pitää odotusaikaa ahdistavana tai turvattomana. Turvallisuudentunnetta lisää, kun ymmärtää ryhmäläisten olevan lähellä. Harjoituksessa pysäytetään muutaman kerran musiikki ja vaihdetaan aina paria. Harjoitus toistetaan vielä niin, että jokainen sokkona tanssinut pääsee vuorostaan ohjaamaan, sekä tanssittamaan muita ryhmäläisiä.

Tavoitteena harjoituksessa on, että jokainen ryhmäläinen luottaa toisiinsa, vaikka silmät kiinni, tällöin kontaktin ottaminen muihin ryhmäläisiin helpottuu. Harjoituksessa pääsee tutustumaan muihinkin kuin turvallisenä pitämäänsä pariin ja luottamus muuhun ryhmään lisääntyy. Sokkoparitanssi on myös aistiharjoitus, joten harjoituksen herättämät tunteet on hyvä käydä läpi harjoituksen päätyttyä.

Roomeo ja Juulia -näyttelijäryhmän kanssa keskustelimme harjoituksen herättämistä tunteista. Suurin osa ryhmäläisistä piti harjoitusta mukavana.

Musiikki, tanssiminen ja muiden lähellä oleminen on kivaa.

Harjoitus on haastava, koska ryhmään täytyy luottaa. Sokkotanssi soveltuu mielestäni ryhmälle, joka tuntee toisensa jo melko hyvin. Yhden aistin vieminen

eli sokkona oleminen, oli osalle ryhmäläisistä pelottavaa. Tämän takia harjoitusta kannattaa pohjustaa hyvin, sekä sokkotanssin jälkeen käydä jokaisen kanssa keskustelua harjoituksen herättämistä tunteista.

Kannustuspiiri:

Harjoituksessa seisotaan piirissä. Yksi ryhmäläinen lähtee juoksemaan piiriä ympäri, muut ryhmäläiset kannustavat juoksijaa nimeltä, sekä taputtavat hänelle. Jokainen ryhmäläinen pääsee juoksemaan piirin ympäri suuren kannustuksen saattelemana. Harjoite kasvattaa ryhmähenkeä, lisää turvallisuuden tunnetta, lisää itseluottamusta ja kohottaa tunnelmaa.

Yhteishuuto:

Yhteishuuto on urheilujoukkueilta lainattu tiimihengen kohotus. Näytelmän nimen tai muun prosessiin liittyvän asian huutaminen yhteen ääneen, niin että kaikkien kädet ovat yhdessä piirin keskellä ja kohoavat ylös samalla, kun yhteishuuto huudetaan. Tavoitteena yhteishuudolla on ryhmäytyminen, sekä yhteisen prosessissa olevan näytelmän yhteishengen tiivistäminen. Vaikka kyseessä on vain pieni ele, niin mielestäni tämä sitouttaa ryhmää toimimaan ryhmän puolesta.

2.5. Keskittymis- ja rentoutumisharjoitteet

Yksi nousee ylös, kaikki nousee ylös:

Istutaan piirissä, joku nousee ylös, tällöin kaikki piirissä istuvat nousevat ylös. Vuorostaan, jos joku ryhmäläisistä istuu tuolille, niin jokainen piirissä oleva istuu tuolilleen. Harjoitus kehittää ryhmän kuuntelemistaitoa, sekä keskittymistaitoa. Harjoitus on yksinkertainen ja toimiva.

Hierontapiiri:

Ollaan piirissä ja käännetään puolikäännös vartalolla. Tällöin piiristä on muodostunut jono, joka on piiri muodostelmassa. Hierotaan edessä olevan henkilön niska. Käännetään vielä toiseen suuntaan ja hierotaan toisen henkilön niskaa. Harjoite kehittää kontaktin ottamiskykyä ja rentouttaa.

Hyvä minä taputtelu:

Taputellaan oma keho kevyesti kämmenillä, ensin kädet, jalat, maha, selkä ja kevyesti sormen päillä päälaki. Taputtelun aikana sanotaan koko ajan – *Hyvä minä!* Harjoituksen tavoitteena on rentoutuminen, kehon lämmitys ja itsetunnon kohottaminen.

2.6. Statusharjoitukset

Kuningas ja palvelija:

Ohjaaja ohjeistaa ryhmäläiset liikkumaan harjoitustilassa johtavan henkilön statuksella. He liikkuvat esimerkiksi kuten kuningas, presidentti tai heimopäällikkö. Ryhmäläiset liikkuvat tilassa ja tutustuvat, miten johtavassa asemassa olevan henkilön aseman omaksuminen vaikuttaa kävelyyn, sekä tilan hahmottamiseen?

Kävelyä jatketaan jonkin aikaan, jotta jokainen pääsee omaksumaan, sekä eläytymään kuninkaan statukseen. *Oi Roomeot ja Juuliat* näytelmässä oli jumalhahmoja, joille halusin korkean statuksen. Tällä harjoituksella pääsimme kokeilemaan korkeaa statusta, sekä alemmaa statusta. Vastapainoksi korkealle statukselle teimme alemman statuksen harjoitteen eläytymällä palvelijan hahmoon. Ryhmäläiset kävelivät tilassa ja samaistuivat alemman statuksen hahmoon. Alemman statusharjoitteen jälkeen vaihdoimme vielä ylemmän statuksen hahmoon ja viimeiseksi ryhmäläiset kävelivät omana itsenään ilman

mitään kohotettua tai alennettua statusta. Tavoitteena on, että ryhmäläisille jää positiivinen ja itsetuntoa nostattava tunnelma harjoitteesta.

Oi Roomeot ja Juuliat -harjoituksissa teimme harjoitteesta muunnoksia. Näissä muunnoksissa osa ryhmäläisistä oli jumalhahmoja ja toinen puoli ryhmäläisistä toimi jumalhahmojen palvelijoina. Palvelijat halusivat palvella jumalia, mutta jumalat eivät reagoineet palvelijoiden läsnäoloon. Harjoituksessa kokeilimme lisätä kuninkaan kontaktia palvelijaan, jolloin kuningas käskytti leikkimielisesti palvelijaa. Harjoitus toistettiin rooleja vaihtamalla, jotta jokainen pääsi kokeilemaan jumalhahmona näyttelemistä, sekä palvelijan rooliin eläytymistä.

Kehitysvammaiselle ryhmälle ohjatessa on tärkeää purkaa harjoituksen herättämät tunteet selkeillä kysymyksillä. Kuten esimerkiksi, miltä tuntui eläytyä palvelijan tai kuninkaan hahmoon? Ohjaajana haluan varmistaa, että jokainen ryhmäläisistä on kokenut harjoitteen turvallisena.

Kysymykset olen kysynyt piirissä, jokaiselta henkilöltä vuorotellen. Tunnelma piirissä on ollut avoin, jolloin vastaaminen kysymykseen on ollut helppoa. Kokemukseni mukaan, ohjaajan yleisesti koko ryhmälle esittämä kysymys harvoin saa vastausta. Henkilökohtaisempaan kysymykseen on helpompi vastata, koska kysymys tuntuu tulevan juuri minulle. Jokaisen ryhmäläisen kokemus harjoituksen tunnelmista tulee kuulluksi palautepiirissä.

Perinteiset tilassa kävely harjoitukset statusharjoittelun lisäksi auttavat ryhmäläisiä hahmottamaan tilaa, sekä kuuntelemaan muita tilassa liikkuvia.

2.7. Pelit ja leikit

Monet hippaharjoitteet toimivat tunnelman nostattajana. Hippaa leikkiessä harjaantuu kontaktinottamistaito toisiin ryhmäläisiin, leikkimielisyys lisääntyy, ryhmähenki kasvaa ja keho lämpenee.

Leikkimielinen hippa vapauttaa tunnelmaa ja lämmittelyn lisäksi liikunnalliset harjoitteet tutustuttavat omaan kehoon ja sen mahdollisuuksiin. Liikkuminen

ilman keskinäistä kilpailua ja urheilullisia tavoitteita antaa vapauden nauttia omasta fyysisestä olemuksesta ja viihtyä omassa itsessään. (Vehkalahti 2008, 77).

Jääkaappihippa:

Valitaan ryhmästä yksi tai useampi hippa, jos hippa tai hipat koskettavat leikkijää, hän jäähmettyy paikalleen jääkaapiksi. Jääkaapin saa pelastettua takaisin normaaliksi leikkijäksi halaamalla jääkaappia.

Hirviöhippa:

Valitaan yksi tai useampi hirviöhippa. Hirviö tai hirviöt lähtevät liikkumaan tilassa hirviömäisesti hirviöksi eläytyen, muut liikkuvat tilassa keijukaisina. Kun hirviö saa keijukaisen kiinni hän muuttuu hirviöksi ja hirviö keijukaiseksi.

Hippaleikeissä huomioitavaa on turvallisuus. Kehitysvammaisen erityisryhmän kanssa hippaleikit on hyvä pitää suhteellisen rauhallisina, koska oman kehon hahmottaminen on monelle haasteellista.

Seuraa johtajaa:

Ryhmä liikkuu jonomuodostelmassa, jossa on johtaja, muut seuraavat johtajaa. Johtavassa asemassa oleva leikkijä tekee helposti seurattavia liikkeitä. Jokainen pääsee johtamaan ryhmää. Kehitysvammaisen ryhmän *Seuraa johtajassa*, ohjaaja voi kertoa ryhmälle aina seuraavan leikkiä johtavan nimen. Kyseistä harjoitetta voi käyttää tutustumisharjoitteena tilaan, jossa ryhmäläiset esiintyvät. Leikissä kehittyä kontaktinottamistaito, tilan hahmottamiskyky, sekä improvisointitaito.

Formula:

Ryhmä on piiri muodostelmassa, formula lähtee kulkemaan pään kääntöliikkeellä formulan kulkusuuntaan ja sanomalla mennessään, –*Viuh*.

Formula kääntää suuntaa tekemällä jarrutusliikkeen, liike tapahtuu nostamalla kädet puoliksi ilmaan ja sanomalla, – *lhihihi*.

Leikissä tavoitteena on ryhmän kuunteleminen, äänenavaus ja harjoitusta voi pitää myös oivana keskittymisharjoituksena. Leikki sopii kehitysvammaiselle ryhmälle, koska leikki on selkeä ja sopivan haastava.

Eläinpantomiiimi:

Istutaan piirissä ja ohjaajalla on hattu, johon on laitettu paperin palasille piirrettyjä eläinten kuvia. Jokainen ottaa vuorotellen hatusta eläimen kuvan ja esittää sen ryhmälle. Ryhmäläiset arvuuttelevat esitettävää eläintä. Arvauksen kohteena oleva eläin esitetään miimisesti omaa kehoa käyttäen. Tavoitteena leikissä on rentoutuminen, oman kehon hallinta, fyysiseen teatteriin tutustuminen eläinhahmojen kautta, ryhmäytyminen, tunnelman nostattaminen ja saada kokemusta yleisölle esiintymisestä. Ehdottomasti tärkeimpänä tavoitteena pidän leikkimielisyyden lisäämistä mimiikan avulla.

Erityisryhmälle leikkiä ohjatessa on huomioitavaa, että kaikki ryhmäläiset eivät osaa lukea. Sen takia hatusta nostettavissa lapuissa on hyvä olla eläinhahmot piirrettyinä. Muita huomioitavia asioita, joita harjoituksen edetessä varmasti tulee, on arvuuteltavan eläimen arvattavuus. Jos esitettävää eläintä on vaikea arvata, voi ohjaaja antaa muulle ryhmälle vihjeitä, jotka helpottavat eläimen arvaamista.

Itse ohjaajana pidän pantomiimiharjoituksista, koska niissä joutuu käyttämään omaa kehoa ja mielikuvitustaan. Pantomiimissa puhe ei vie toimintoja eteenpäin vaan esiintyjän oma kehollinen ilmaisu.

Pantomiimiharjoitteet olivat monelle *Oi Roomeot ja Juuliat* ryhmässä olleelle, helppo tapa lähestyä teatteria. Puheen tuottaminen oli suurelle osalle ryhmäläisistä vaikeaa. Tällöin mimiikka ja kehollinen ilmaisu mahdollistivat näyttelijälle tilaisuuden loistaa, vaikka puheen tuottaminen oli haasteellista.

Eläinmimiikasta saadut onnistumisen kokemukset olivat mielestäni tarpeellisia, jotta uskaltautui heittäytymään *Oi Roomeot ja Juuliat* esitykseen näyttelemään.

3. OI ROOMEOT, OI JUULIAT -PROSESSIN KUVAUS

Oi Roomeot, Oi Juuliat -prosessi sai alkunsa vuoden 2014 syksyllä. Kokoonnuimme Salon Kehitysvammahuollon tiloissa joka toinen viikko *näytelmäkerho*-nimikkeellä. Ryhmäläisiä oli yhteensä kolmetoista. Kerhossa teimme teatteriharjoitteita ja ilmaisuharjoitteita, sekä ideoimme tulevaa esitystä.

Tavoitteena oli tehdä ryhmän näköinen esitys, osittain devising-tekniikalla. Devising-tekniikassa ajatuksena on tuottaa esitys ryhmän ideoita kuunnellen. Valmis käsikirjoitus syntyy jokaisen harjoituskerran myötä, ryhmän ehdoilla ja lähtökohdista.

Esityksen suunnittelu lähti ryhmän toiveista tehdä hauska ja romanttinen näytelmä. Näytelmiksi toivottiin muun muassa Romeo ja Julia paratiisissa, Kummeli ja Housut pois.

Toiveiden pohjalta lähdimme työstämään humoristista sekä romanttista esitystä. Tavoitteena oli saada jokaiselle näyttelijälle yksi isompi rooli sekä muita pienempiä rooleja esitettäväksi. Isommalla roolilla halusin saada jokaiselle kokemuksen pääroolista.

Näytelmän varsinainen harjoittelu alkoi tammikuun alusta, kun pääsimme Salon Näyttämön näyttämölle harjoittelemaan. Harjoituskertoja Näyttämön tiloissa oli yhteensä kolmetoista. Ajallisesti harjoituskerrat olivat noin kahden tunnin pituisia.

Lähdimme miettimään, mitä on rakkaus, kenellä on oikeus rakastaa, voiko rakkautta säilöä ja onko intohimo rakkautta?

Käsittelimme sanaa rakkaus, piirissä keskustellen, jossa jokainen kertoi, mitä sanasta tuli mieleen. Esityksessä tulimme käyttämään sanoja, kokoamalla sanoista runoja tai filosofisia - ajatuksia.

Rakkaussanoja: *Rakkaus on kukka rinnassa, ruusu, tuleva avioliitto, omakoti kullan kallis, sininen ja valkoinen, Suomi, rakkautta kuolemaan asti, rakkautta ja*

ystävyyttä, mukavaa, punainen, tulipunaruusu, hellyyttä, tulenpalava liekki ja tulisuu delma.

Ohjaajana halusin käsitellä esityksessä, myös rakkauteen liittyvää fyysistä intohimoa eli seksiä. Aiheen käsitteleminen on mielestäni tabu, asia josta ei puhuta.

Aihealueen käsitteleminen on mielestäni tarpeellista. Aiheen tabuna pitäminen tai vaientaminen on varmasti yksilölle haitallisempaa, kuin avoin keskustelu aiheesta. Seksuaalisuus on osa jokaisen ihmisen identiteettiä ja elinympäristön asenteet vaikuttavat paljon, siihen miten asiaan suhtaudutaan.

Seksuaaliset mielikuvat, tulkinta omista ja kohteen tunteista ja kyky ilmaista hellyyttä fyysisesti ovat sidoksissa aivojen toimintaan ja kehitystasoon, mutta myös elinympäristön asenteisiin ja siihen, minkälaista tietoa yksilön on ollut mahdollista saada. (Koski ym. 2009, 115.)

Kuitenkin toisen ihmisen läheisyys on tärkeä asia jokaiselle ja liittyy sanaan rakkaus. Joten asian vaientaminen olisi mielestäni herättänyt kysymyksiä. Aihe käsiteltiin lyhyesti rakkaustarinoiden ohella. Näin saimme mielenkiintoisen kokonaisuuden kehitysvammaisen erityisryhmän ajatuksista, sekä tuntemuksista rakkausteeman ympärillä.

Sanan seksi käsitelimme samaan tapaan kuin rakkaus, kysymällä piirissä, mitä ajatuksia sana herättää?

Seksisanoja: *Sängyn alla piilossa, toinen ihminen rinnalla, tissuttelua, tussuttelua, sängyn päällä, peiton alla, paneminen, ihanaa, mukavaa ja kivaa, yhdessä oloa, porealtaassa, saunassa, kaapissa, vaahtokylvyssä ja bussissa.* Rakkauteen liittyvistä sanoista teimme runoja, joiden pohjalta dramaturgia hahmottui.

3.1. Esityksen kulku

Kehyskertomuksen muodostaa tutkijajoukko, joka tutkii rakkautta. Tutkijajoukko kertoo rakkaudesta, kuuden rakkaustarinan avulla. Esitys alkaa teatterikuvalla, jossa näyttämöllä on arkku. Arkku hohtaa valoa ja sieltä löytyy sydän. Tutkijat tutkivat sydäntä oudoilla, sekä arkipäiväisillä esineillä (stetoskooppi, suurennuslasi, tiimalasi ja lämpömittari) ja kysyvät kysymyksiä sydämeltä, joita haluavat tietää rakkaudesta. Tutkijat nostelevat sydäntä ilmaan, sekä esittävät yleisölle mieltä askarruttavat kysymykset. Samaan aikaan tutkijoiden tutkiessa sydäntä, piirtoheittimen avulla heijastetaan sydän, joka näyttäytyy varjokuvana yleisölle.

Tutkijoiden kysymyksiä: Mikä rakkaus on? Kuka se on? Voiko sitä syödä? Voiko sitä tuntea? Voiko sitä maistaa? Voiko sitä säilöä?

Tutkijajoukossa on kertoja, joka tieteellisesti selvittää rakkaustarinat yleisölle. Muut tutkijat esittävät kertojan tieteelliset rakkaustarinat yleisölle näyttelijätyöllisesti, tanssien, laulaen ja mimiikalla.

Rakkaustarinat:

- Afroditesta ja Marsista
- Amorista ja Psykee
- Aatami, Eeva ja käärme
- Kleopatra ja Antonius
- Romeo ja Julia
- Tutkijoiden oma rakkaustarina

Seksi sana: Käsitellään sanoista muodostetuilla runoilla ja miimisellä näyttelijäntyöllä.

Lopuksi tutkijajoukko hautaa sydämen arkkuun. Arkusta sarastava valo himmenee. Samanaikaisesti varjokuva sydäimestä peitellään hiekalla.

3.2. Kuvat esityksestä



Kuva 1. Hyvän ja pahan tiedon puu. Kuva: Tapio Väntsi



Kuva 2. Sydämen hautaus. Kuva: Tapio Väntsi

4. ERITYISRYHMÄNÄ KEHITYSVAMMAISET

Salon Kehitysvammahuollon näytelmäkerho koostui kolmestatoista näyttelijästä. Ryhmäläiset olivat iältään, noin 20–50- vuotiaita. Näytelmäkerhossa olleet ryhmäläiset olivat kehitysvammoiltaan sekä kehityshäiriöiltään yksilöllisiä ja eri tasoisia. Ryhmä koostui yksilöistä, joilla oli Downin oireyhtymää, autismia sekä muita kehityshäiriöitä. Tässä ryhmässä ei ollut liikuntarajoitteisia. Downin oireyhtymä on synnynnäinen kehityshäiriö, jonka erityispiirteet ja ominaisuudet johtuvat soluissa esiintyvistä ylimääräisistä kromosomista no 21 (Ingelin & Kallunki, Leisti 1988, 9). Autismin määritelmä on neurologinen keskushermoston kehityshäiriö (Koski ym.2009, 109). Suomen laki määrittelee kehitysvammaisuuden seuraavalla tavalla.

Kehitysvammalain mukaan erityishuollon palveluihin on oikeutettu henkilö, jonka kehitys tai henkinen toiminta on estynyt tai häiriintynyt synnynnäisen tai kehitysiässä saadun sairauden, vian tai vamman vuoksi ja joka ei muun lain nojalla voi saada tarvitsemiaan palveluja. (Koski ym.2009, 16.)

Sana vammainen tai kehitysvammainen sisältää mielestäni loukkaavan kaiun. Vammaisuuden historia länsimaissa on hyljeksinnän, syrjinnän ja sorron historiaa, joka on ilmennyt eri tavalla kunkin aikakauden ja paikan materiaalistien sekä kulttuuristen tekijöiden mukaan.(Vehmas 2005, 75).

Kenellä meistä on oikeus kutsua itseään täysin normaaliksi?

Sana kehitysvammainen täytyy kuitenkin määritellä. Näin ollen, kehitysvammainen erityisryhmä koostuu henkilöistä, jotka ovat yksilöitä. Heillä on jokaisella oma diagnoosi, joten pidän vaarallisena puhua yleisesti kehitysvammaisista. Jokainen on oma persoonansa, jolla omat erityispiirteensä.

5. POHDINTA

Ryhmässä on osalla nähtävissä into siitä, nyt pääsee esiintymään. Joillekin ryhmässä mukana olo on tärkeää, saa kuulua joukkoon jolla on yhteinen päämäärä. (Ote prosessin päiväkirjamerkinnästä, 3.3.2015)

Ryhmään kuuluminen, hyväksytyksi tuleminen ja ryhmän kannustus ovat kantavia voimia teatteriryhmässä. Kehitysvammaiselle erityisryhmälle kyseiset kannattelevat voimat ovat varmasti tärkeitä. Ryhmässä sosiaaliset taidot kehittyvät ryhmätyöskentelyn myötä ja teatteriryhmän ponnistelut huipentuvat taideteokseen, josta voi ansaitusti olla ylpeä.

Teatteriesityksen lisäksi prosessin merkitys teatterissa on harrastajalle tai kehitysvammaiselle erityisryhmälle vaikuttava. Prosessin myötä näyttelijä kehittyä, saa itseluottamusta esiintyjänä ja heidän läpi käymä prosessi tiivistää ryhmän uskoa toisiinsa. Onnistumisen kokemukset ovat tarpeellisia kehitysvammaiselle harrastajalle, koska yksilön tuleekin saada riittävästi

itsetuntoa lisääviä onnistumisen elämyksiä, jotta hänen ei tarvitse hankkia niitä epäsosiaalisin keinoin (Koski ym. 2009, 115).

Vehkalahten mukaan teatteriesityksen valmistusprosessissa esitys ei ole ainoa asia, joka kasvaa ja kehittyy. Ryhmä kasvaa ja kehittyy ja muodostuu tiiviiksi yhteisöksi ja ryhmäläiset kasvavat ja kehittyvät. Esitys on yksi tapa, millä tämä kasvu tulee näkyväksi ja todelliseksi. Ohjaajan tehtävä on luoda turvallinen ilmapiiri, jossa jokainen on hyväksytty. Teatteri-ilmaisussa taidelajina instrumentti on ihminen itse. Tätä instrumenttia käyttäessään ihminen avaa itseään muiden ja itsensä nähtäväksi. (Vehkalahti 2008, 233- 234)

Onnistuneeseen lopputulokseen vaikuttaa innostava ja kannustava ohjaaja. Ohjaaja tukee, motivoi, sekä haastaa sopivasti jokaista näyttelijää ylittämään itsensä. Kehitysvammaista erityisryhmää ohjatessa olen huomannut kannustamisen tärkeyden.

Kannustaminen ja motivointi tukevat näyttelijän heittäytymistä vaativiinkin teatteriharjoitteisiin. Samalla positiivinen kannuste kannustaa, sekä rohkaisee näyttelijää jatkamaan haluttuun suuntaan. Oman kokemukseni mukaan kannustava palaute tulee saada mahdollisimman nopeasti suoritus hetkellä. Jos ohjaaja ei anna palauteta välittömästi tapahtumahetkellä, palautteen tuoma positiivinen kannustin on vähäisempi. Kannustamisen lisäksi, haastekohtiin puuttuminen, pitää mielestäni tapahtua heti sellaisen kohdatessaan.

Harjoitukset alkoivat tunteiden purkauksella, satuin kysymään lehdistön tekemästä puffista. – Minkälainen lehtijuttu, oli tehty? Sain äkäisiä vastauksia. Kaikki eivät päässeet lehtikuvaan, tai näkyneet kuvassa, tämä herätti harmistusta. Suuttumus tarttui ja sain tyyntytellä tappelupukareita jatkamaan lämmittelyitä. Pahamieli näkyi läpi treenien äkäilynä, sekä harmitteluna. – Ei tästä mitään tule!

Sain käyttää kaikki motivoinnin kykyni, jotta saimme treenit suoritettua positiivisella mielialalla. Kohtaukset jossa kaikki olivat näyttämöllä ja pääsivät näyttelemään, latasi uskoa jokaiseen. Onnistumisen riemu, sai jokaisen uskomaan, kyllä tässä vielä onnistutaan. Lopuksi kysyin, miltä esityksen tekeminen tuntuu? Sain vastauksen. – Hyvältä!

Harjoituskerrasta opin, että ilmapiirin kiristyminen, pitää katkaista heti ja selvittää asia. Lehtikuva jossa omat kasvot eivät näy voi tässä ryhmässä olla, itsetuntoa loukkaava asia. (Ote prosessin päiväkirjamerkinnästä, 10.3.2015)

Ympäristön häiritteijöihin kehitysvammainen ihminen voi reagoida muuttamalla välinpitämättömäksi tai levottomaksi, jopa väkivaltaiseksi (Koski ym. 2009, 114). Väkivaltaisuuteen taipuvaisuutta en ole ohjaamassani ryhmässä kohdannut. Osalla kehitysvammaisista ilmenee ärtyisää masentuneisuutta, dysforiaa. (Koski ym. 2009, 113). Ärtynäisyyden laukaisee tunnekontaktin häiriintyminen, liian suuret vaatimukset, liian vähäiset vaatimukset tai yksilö voi kärsiä omasta puutteellisuudestaan. Lievää ärtyisyyttä olen kohdannut, mutta ongelmista on selvitty keskustelemalla.

Ohjaajalla on paljon vastuuta työryhmän motivoinnissa. Lisäksi ryhmälle sopivilla oikein valituilla harjoitteilla päästään haluttuun ja positiiviseen suuntaan.

Turvallisessa ja toisiaan kannattelevassa ryhmässä on helppo ilmaista omat tunteuksensa ja toistaa näyttelijäntyön harjoitteita. Selkeimmät muutokset voi huomata autistisesta näyttelijästä, joka luottaessaan ryhmään, uskaltautuu katsekontaktiin ja esiintymään yleisölle.

Miten suuri muutos on yleisölle esiintyminen? Monella työryhmäläisellä on halu tulla nähdyksi, esiintymisessä on iloa. Yleisöltä saadaan reaktioita, nauruja ja taputuksia. Hei, tästähän pidetään! (Ote prosessin päiväkirjamerkinnästä, 18.3.2015)

Lopullinen prosessin huipennus on yleisölle esiintyminen. Jokainen esiintyjä haluaa tulla nähdyksi, saada palautetta yleisöltä. Harjoittelun ja harjoitteiden lopputulos on taideteos sekä yleisöltä saatu palaute antaa harjoittelulle merkityksen.

Oi Roomeot, Oi Juuliat – työryhmää haastattelin esityksien jälkeen. Vastauksista on pääteltävissä näytelmän valmistamisprosessin olleen jokaiselle

ryhmäläiselle mieluinen. Vastauksista heijastuu positiivinen lataus, esityksessä esitetyt roolihahmot oli omaksuttu ja niitä muisteltiin haikeudella.

Mikä oli mukavaa ja jäi teatteriesityksen tekemisestä mieleen: Sotilaan rooli, sai huutaa, Tommin laulu, rakkauslaulu, yleisöä sali täynnä, sydämen silittäminen, Amor jäi mieleen, Psykheen rooli, eloisuus, miekat, peiton alla ”Erotiikka kohtausta”, tohtorin puku, oma rooli, mukavaa, että oli ihmisiä, paljon katselijoita, omenajuttu, käärme ja valot oli hyvät.

6. HAASTATTELUT

Haastattelut olen tehnyt saadakseni tarpeeksi kattavan näkökulman kehitysvammaisen erityisryhmän ohjaamiseen, haastattelin kahta ohjaajaa, joilta tämän tyyppistä kokemusta löytyy. Haastatteluiden pääpainostusalueena olivat harjoitukset ja harjoitteet. Tavoitteena haastatteluilla oli selventää harjoitteiden merkitys kehitysvammaiselle harrastajalle. Omat havaintoni tukivat harjoitteiden merkitystä yksilön itseluottamuksen kasvamisessa esiintyjänä.

Täysin samansuuntaisia havaintoja ohjaajien haastatteluista en löytänyt. Päätelmänä haastatteluista voin kuitenkin todeta, että harjoitteilla, leikeillä ja peleillä saadaan kehitysvammaiselle harrastajanäyttelijälle rentoutta ja turvallisuutta, sekä luottamusta kuunnella ryhmää. Teatteriharrastus antaa

harrastajalleen mahdollisuuden käyttää mielikuvitusta ja omaksua monenlaisia roolihahmoja.

Toisena havaintona on ohjaajan kokemuspohja. Jokainen ohjaaja valitsee sopivimman lähestymistyylin ohjaukseen. Merkitystä on myös, minkälaista esitystä ohjaa, haluaako saada liikettä ja toimintaa lavalle, vai tekstipainotteista dialogia?

Itse luotan teatteriharjoitteisiin, sekä fyysisenteatterin keinoihin, jolloin lämmittelyharjoitteluilla on merkitystä. Harjoituksia ei tehdä vain harjoitusten takia, vaan kaikki harjoitteet johtavat lopputulokseen. Päämääränä harjoitteilla on yksilöä tai ryhmää kehittävä prosessi. Lisäksi leikkiväisessä ja iloisessa tunnelmassa on helppo oppia uusia asioita. Harjoitteiden, erilaisten leikkien ja pelien tavoitteena on myös tunnelman nostattaminen. Teatteri on leikkiä ja harjoitteet leikkikenttä teatterin maailmaan.

Kysymykset:

- 1. Mitä kannattaa ottaa huomioon, kun ohjaa kehitysvammaisia teatterin harrastajia?**
- 2. Onko suosikkileikkejä tai harjoitteita, jotka olet kokenut toimivaksi?**
- 3. Onko leikkejä ja harjoitteita, jotka eivät toimi?**
- 4. Mitä positiivisia tai negatiivisia vaikutuksia teatteriharrastuksella on kehitysvammaisiin teatterin harrastajiin?**

6.1. Eila Saarvan haastattelu

Eilan haastattelu on tehty puhelimitse, 13.12.2015. Hänellä on monen vuoden työkokemus kehitysvammaisten ohjaajana sekä esittävän taiteen freelancerin työstä.

Eila korosti kehitysvammaisen teatteriharrastajan yksilöllisyyttä. Oman kokemukseni kehitysvammaisen ryhmän ohjaamisesta on samansuuntainen. Jokainen harrastaja on yksilö, jolta löytyy omat vahvuudet ja heikkoudet. Teatteriharjoitusten avulla ohjaa voi löytää nämä vahvistamista kaipaavat osa-alueet tai korostaa jo valmiina olevia kykyjä.

Jokaisella on erityisiä oppimisvaikeuksia, erityispiirteitä ja yksilölliset erityispiirteet pitää ottaa huomioon esim. kaikki kehitysvammaiset, eivät osaa lukea tai puhua. Liikuntavaikeudet jokaisella on myös yksilöllisiä. Kannattaa huomioida, että on mahdollisimman paljon erilaista toimintaa. Paljon monenlaisia kokeilumahdollisuuksia, kuten esimerkiksi: Naamio- tai varjoteatteria. (Eila Saarva, haastattelu)

Tämän opinnäytetyön tavoitteena on havainnoida teatteriharjoitusten merkitys, kehitysvammaiselle teatterinharrastajalle. Lämmittelyharjoitukset ovat kokemukseni mukaan harrastajaa kehittäviä toimintoja. Eila Saarva ei korostanut lämmittelyharjoitusten tarpeellisuutta.

Tavallisia teatterilämmittelyharjoituksia ei tarvita, koska esiintyjien lavapreesens on jo sata prosenttinen. (Eila Saarva, haastattelu)

Eila Saarvalla on monipuolisia ja hyväksi koettuja leikkimielisiä tapoja rakentaa näytelmän käsikirjoitus kehitysvammaisen ryhmän ehdoilla.

Harjoituksissa on käytetty rentoutumiseen pelejä. Esimerkiksi Juniortietovisa on hyvä jumiutuspelejä, peli johon palataan usein. Juoruakan-päiväkirja- harjoitusta on käytetty näytelmän suunnitteluvaiheessa. Harjoituksessa kysytään: Kuka tekee? Mitä tekee? Mikä on syy? Kuka näkee? Mitä sanoo? Muita hyväksi todettuja pelejä: Alias, Jazz, Heitetään sikaa ja DiXit. DiXit pelin avulla on toteutunut monta käsikirjoitusta. Ylipäättänsä kaikki pelit missä lauletaan toimivat. Saduttaminen onnistuu

myöskin, tämä toimii niin, että ohjaajan kysymysten avulla ryhmäläiset kertovat tarinan. Muita tapoja rakentaa esitys on mm. teemapohjalta. Esimerkiksi mikä on Suomessa mukavaa tai ikävää? (Eila Saarva haastattelu)

Haaste kohtia Eila Saarvan mukaan on vain tekstin opettelu. Saman tapaisen havainnon tekstin opettelu haasteellisuudesta olen huomioinut kehitysvammaista ryhmää ohjatesani. Saarvalta löytyy hyvä vinkki tekstin muistamiseen. Kuvittamalla käsikirjoitus, voidaan helpottaa näyttelijöiden tekstin opettelua ja muistamista.

Tekstin opettelu ei toimi. Käsikirjoitus on toteutettu piirrettyjen kuvien avulla. Sanoja on saatettu toistaa esityksessä kaikuna, jolloin näyttelijä toistaa kaiun kertoman asian. (Eila Saarva, haastattelu)

Kehitysvammaisen teatteriharrastajaryhmän ohjaaminen on mielestäni arvokasta työtä. Kokemukseni mukaan ryhmäläiset oppivat harrastuksen myötä monia uusia taitoja toimia ryhmässä, sekä saavat rohkeutta ilmaista omia tunteitaan ja ajatuksiaan. Eila Saarva korostaa teatteriharrastuksen merkitystä kehitysvammaiselle. Tärkeänä havaintona on harrastajan mahdollisuus eläytyä ja kokeilla monenlaisia rooleja teatterin avulla.

Kehitysvammaisilla on vähän harrastuksia, elämä usein rajattua ja rajoitettua. Tällöin teatteriharrastus on tärkeä. Saa kokeilla eri rooleja, sekä tilanteita mitä elämässä voi tapahtua. (Normaalisti voi olla, että ei pääse käymään välttämättä kaupassa, diskossa ym.) Harrastuksen avulla pääsee mielikuvituspaikkoihin ja saa olla tähti.

Ainoa haastava asia on, että jaksaminen on rajallista. (Eila Saarva, haastattelu)

6.2. Tuomas Suominen haastattelu

Tuomas vastasi samoihin kysymyksiin facebookin välityksellä, 21.12.2015.

Tuomaksella on kokemusta kahden teatteriesityksen ohjaamisesta kehitysvammaiselle teatteriryhmälle. Ryhmä koostui samoista henkilöitä, joita oli mukana *Oi Roomeot, Oi Juuliat – Rakkaustarinoita Shakespearen innoittamana* esityksessä.

Suominen on teatteriharjoituksissa kokenut musiikin hyväksi tavaksi lähestyä ohjattavia. Oma kokemukseni musiikista on samansuuntainen, musiikki vaikuttaa ryhmäläisten mielialaan ja rytmin mukaan on luontevaa liikkua. Kävelyharjoituksia olen myöskin käyttänyt ohjaamassani ryhmässä, tavoitteena tällöin on ollut löytää roolihahmolle liikkumistapa. Kävelyharjoitus toimii roolin hahmottamiseen, sekä tilan hahmottamiseen ja samalla harjoitus harjaannuttaa kuuntelemaan muuta ryhmää. Tuomas Suominen on oivallisesti löytänyt tämän harjoituksen kautta mahdollisuuden rakentaa käsikirjoitusta työryhmäläisten mielikuvituksen ja ideoiden avulla.

Lisäksi kaikki fyysiset harjoitteet, joissa käytetään musiikkia apuna, ovat tuottaneet hyvää tulosta. Myös ns. ”kävelyharjoitus” on ollut toimiva ja josta monet ovat pitäneet. Kävelyharjoituksessa harrastajat kävelevät omaa tahtiaan tilassa ja väliin sanon tunnetilan muutoksia, jolloin he muuttavat kävelytyyliään, päästelevät ääniä tai fysiikka muuttuu jollakin muulla tavalla. Olen kokenut tässä parhaaksi käyttää itse tunnetilojen tilalla esimerkiksi eläimiä. Oma suosikkini ”kävelyharjoituksessa” on se, että olen pyytänyt harrastajia pysähtymään, löytämään jotain ja tutkimaan sitä. Olen kierrellyt tilassa kyselemässä mitä kukin on löytänyt ja näistä on kehitetty lisää harjoitteita ja jopa valmista tekstiä näytelmää varten. (Tuomas Suominen, haastattelu)

Sopivasti haastavat teatteriharjoitteet kehittävät kehitysvammaisia teatterinharrastajia ryhmätyöskentelytaidoissa. Tunnettu teatteriharjoite Wish-Boing-Päng toimii tällaisena harjoitteena. Suominen on lisännyt tähän harjoitteeseen mielikuvituspallon, tämä pallo varmasti helpottaa hahmottamaan toiminnan eteenpäin viemistä. Harjoitteessa oppii kuuntelemaan ryhmää ja odottamaan omaa vuoroaan.

Leikki nimeltä ”Vish-poing-päng” on ollut erittäin suosittu ja toimiva leikki kehitysvammaisten teatterin harrastajien kanssa. Leikissä seistään ringissä ja siirretään mielikuvituspalloa vierustoverille sanoen vish. Suuntaa voi muuttaa torjumalla pallon, poing, tai sen voi heittää ringin toiselle puolelle, päng. Mikäli ringissä on ollut joku huomattavasti hitaampi yksilö, on hän saanut apua ja tsemppiä vierustovereilta. (Tuomas Suominen, haastattelu)

Assosiaatio harjoituksesta on ohjaamalleni ryhmälle muodostunut mieleisin harjoite. Harjoitteen onnistumiseen on vaikuttanut rauhallinen tempo ja selkeät ohjeet.

Assosiaatio-pelissä ollaan taas ringissä ja osoittamalla kaveria pitäisi nopeasti osoitetun nopeasti reagoida sanomalla ensimmäinen mieleen tullut sana osoittajan antamasta sanasta. Samalla pitäisi vielä löytää kaveri, jolle ”heittää pallo”. Harjoitteiden tahti hidastuu huomattavasti ja tämä saattaa ärsyttää kanssaharrastajia. Näitäkin voi tietenkin aina kokeilla mutta esimerkiksi mainitsemani assosiaatio-pelissä ei ole järjen hiventäkään vaan se on ollut ryhmälle enemmän hassujen sanojen sanomista. (Tuomas Suominen, haastattelu)

Suominen ja Saarva ovat yhtä mieltä teatteriharrastuksen merkityksestä kehitysvammaiselle harrastajalle. Tärkeänä pidetään mahdollisuutta kokeilla eläytyä monenlaisiin rooleihin. Oman kokemukseni pohjalta uskaltaisin sanoa myös arjenhallintataitojen kehittyvän, koska teatteri harrastuksena kehittää ryhmätyötaitoja. Ja näitä taitoja tarvitaan monessa yhteisössä yhteiskunnassa. Ryhmään kuuluminen on varmasti yksi teatteriharrastuksen merkittävimmistä lähtökohdista monelle harrastajalle ja etenkin kehitysvammaiselle, jotka ovat usein yhteiskunnan marginaalissa.

Positiivisina vaikutuksina teatteriharrastuksella kehitysvammaisiin harrastajiin nousee päällimmäisenä mieleen ryhmään kuuluvuus. Heittäytyminen toisen saappaisiin, elää unelmiaan, esittää sitä mitä haluaisi olla. Naurattaa toisia ja tsempata kaveria. Teatteriharrastuksessa käytettävät harjoitteet saattavat myös kehittää kehitysvammaista toimimaan paremmin yhteiskunnassa, tästä minulla ei ole näyttöä mutta

en laskisi tällaista mahdollisuutta pois. Negatiivisina vaikutuksina näkisin taas mahdollisen syrjäytymisen, kun jäät jostain paitsi teatterin takia taikka sen takia ettet päässyt mukaan. Ehkä toisena negatiivisena vaikutuksena näkisin riittämättömyyden tunteen, kun toiset vaikuttavat paremmilta tai jos on itse liian ujo. Uskon, että nämä ovat tunteita, jotka kehitysvammaisen varmasti ottaa raskaasti. (Tuomas Suominen, haastattelu)

Suomisen mainitsemaan kehitysvammaisen harrastajan riittämättömyyden tunteeseen ohjaaja pystyy mielestäni hieman vaikuttamaan. Esimerkiksi antamalla näyttelijälle hänelle sopivan roolin jossa on myös sopivasti haastetta, jotta hänellä on mahdollisuus kehittyä esiintyjänä.

Ohjaajalle kehitysvammaisen teatteriharrastajan ohjaaminen antaa paljon, kuten Suomien hienosti kiteyttää.

Itselle kehitysvammaisten teatterin harrastajien ohjaus on antanut paljon. On mukavaa työskennellä niin aitojen ihmisten parissa. Lisäksi se on auttanut minua ymmärtämään paremmin kehitysvammaisia sekä rikkonut ennakkoluulojani. (Tuomas Suomien, haastattelu)

7. VINKKILISTA OHJAAJALLE

Seuraavaksi esittelen vinkkilistan, jonka runko on peräisin omista havainnoista kehitysvammaisen harrastajaryhmän ohjaajana. Havainnot ovat yleispäteviä ja varmasti toimivat moneen harrastajateatteriryhmään. On kuitenkin hyvä muistaa, että jokainen harrastaja on yksilö ja parhaat vinkit löytyvät vain kokeilemalla.

1. Selkeät ohjeet

Tiivistä ja selkeyttä. Ohjeiden tulee olla ymmärrettäviä ja niin selviä, että mahdollisuus tulkita ohjeita toisin ei ilmene.

2. Yksi ohje kerrallaan

Vain yksi ohje kerrallaan, vältä päällekkäisiä ohjeistuksia.

3. Maltti on valttia

Anna aikaa, ohjeiden omaksuminen vie oman aikansa.

4. Totu hitaaseen rytmiin

Rytmi on hitaampi. Nopeat rytmien muutokset vaativat paljon harjoittelua.

5. Pelisäännöt

Tehkää ryhmän kanssa yhteiset pelisäännöt. Säännöt antavat ryhmälle raamit.

6. Kannusta, kannusta, kannusta

Kannusta jokaisesta onnistuneesta hetkestä. Positiivista palautetta ei voi saada liikaa. Kannustamisen tuloksen tulet näkemään itseluottamuksena esiintyä yleisölle.

7. Selvitä ongelmakohdat heti

Selvitä riitatilanteet tai haasteelliset asiat heti. Huono tunnelma leviää ruton lailla ja haittaa muiden keskittymistä.

8. Roolihenkilö ja minä, ovat eri persoona

Voimakkaat tunteet näyteltynä, saattavat sekoittaa todellisiin tunteisiin. Joten on selvitettävä, että roolihenkilö on eri persoona, kuin roolihenkilöä esittävä henkilö. Tunteet eivät ole todellisia, vain näyteltyjä.

9. Konkretisoi

Näytä ohjeet, puheen lisäksi konkreettisesti. Tämä ei tarkoita näyttelemistä eteen, vaan puheen konkretisoimista teoiksi esim. kävelemällä näyttämöllä oikealle, jos haluat näyttelijän menevän siihen suuntaan.

10. Selkeät suunnat

Liittyy ohjeiden selkeyteen, sekä ohjeistukseen roolihenkilön tavoitteista. Suunnat selkeytyvät, kun molemmat ovat hallussa.

11. Suora katsekontakti, mahdollisuus lukea huulilta

Anna ohjeet piirissä tai suorassa katsekontaktissa näyttelijään, jolloin on mahdollisuus lukea huulilta.

12. Mielikuvat toimivat paremmin, kuin verbit

Mielikuvilla ohjaaminen saa näyttelijän toimimaan helpommin, kuin verbeillä ohjaaminen.

13. Käsikirjoituksen kuvittaminen

Konkretisoi käsikirjoitus piirtämällä kohtaukset.

14. Rutiinit pohja turvallisuudelle

Harjoitteet jotka toistuvat rutiininomaisesti, lisäävät turvallisuutta.

15. Sopivasti haasteita

Haastetta pitää olla, mahdollisuus haastaa itseään kehittää harrastajaa.

16. Asenne ratkaisee

Ohjaajan asenne ratkaisee, kiinnostu, innostu ja hullaannu ohjattavasta aiheesta. Positiivisella energialla saat koko ryhmän heittäytymään.

17. Leikin kautta

Mieti leikki tai harjoite, joka tukee harjoiteltavaa kohtausta. Leikin kautta on helppo omaksua ja siirtää opittu asia harjoitukseen.

18. Ota lavasteet, tarpeisto ja puvustus mukaan harjoituksien alkuvaiheissa

Lavasteisiin, tarpeistoon, sekä puvustukseen pitää ehtiä tutustumaan. Kehitysvammainen harrastaja näyttelijä vaatii oman aikansa tutustua tarpeistoon, sekä lavasteisiin. Harjoituksien loppuvaiheissa on haastavaa lisätä uusia elementtejä, koska harjoitusvaiheen tarpeistoon tai lavastukseen on ehditty kiintyä. Puvustuksessa huomioitavaa on vaatteiden helppo puettavuus. Koska pukeminen voi vaatia apua tai se tehdään hitaalla tempolla.

8. LOPUKSI

Teatteriharjoite on harrastajalle askelma uuteen maailmaan. Jokaisella uudella askelmalla on mahdollisuus oppia uutta tai vahvistaa vanhoja jo opittuja taitoja. Ohjaajan tarkkaan harkitut, sekä kokeilun kautta löydetty harjoitteet helpottavat harrastajan polkua teatterin maailmaan.

Koen teatteriharjoituksien olevan tarpeellisia kehitysvammaiselle teatterinharrastajalle. Harjoitukset kehittävät monipuolisesti harrastajan taitoja. Ryhmätaidot lisääntyvät, koska useissa teatteriharjoitteissa yhteistyö, sekä muiden kunnioittaminen ja kuunteleminen ovat tärkeitä elementtejä. Lisäksi yksilön itseilmaisu kehittyy tunneharjoitteiden, sekä kehollinen ilmaisu fyysisten harjoitteiden avulla.

Teatteriharjoitteiden tavoitteena on kehittää harrastajaa luottamaan omiin kykyihinsä, sekä luoda ryhmä joka kannattelee ryhmänjäseniä. Teatteriryhmään kuulumisen ovat varmasti parhaimmillaan merkittäviä elämän laatua parantava voimavara kehitysvammaiselle teatterinharrastajalle.

LÄHTEET

Ingelin, K.; Leisti, J. & Wilska, M. 1988. Downin oireyhtymä. Hämeenlinna: Karisto

Hosia, V. & Keränen, J. 2002. Sivistyssanakirja. 2. painos. Juva: WS Bookwell Oy

Ladonlahti, T; Naukkarinen, A. & Vehmas, S. 2003. Poikkeava vai erityinen? Erityispedagogiikan monet ulottuvuudet. 4.painos. Juva: WS Bookwell Oy

Kanerva, P. & Viranko, V. 1997. Aplodeja etsijöille. Näkökulmia draamaan sekä taidekasvatuksena että opetusmenetelmänä. Laatusana Oy: Painorauma Oy

Kaski, M.; Manninen, A. & Pihko, H. 2009. Kehitysvammaisuus. 2. painos. Helsinki: Wsoy

Omat oppimispäiväkirja muistiinpanot. (2011-2015)

Pätsi, M. 2010. Näyttelijän tekniikoita. Helsinki: BTJ Finland Oy

Vehkalahti, R. 2008. Leikkivä teatteri. Toinen painos. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy

Vehmas, S. 2005. Vammaisuus. Johdatus historiaan, teoriaan ja etiikkaan. Tampere: Tammer-Paino

Wikipedia. Pantomiimi. Viitattu 11.4.2016.

<https://fi.wikipedia.org/wiki/Pantomiimi>

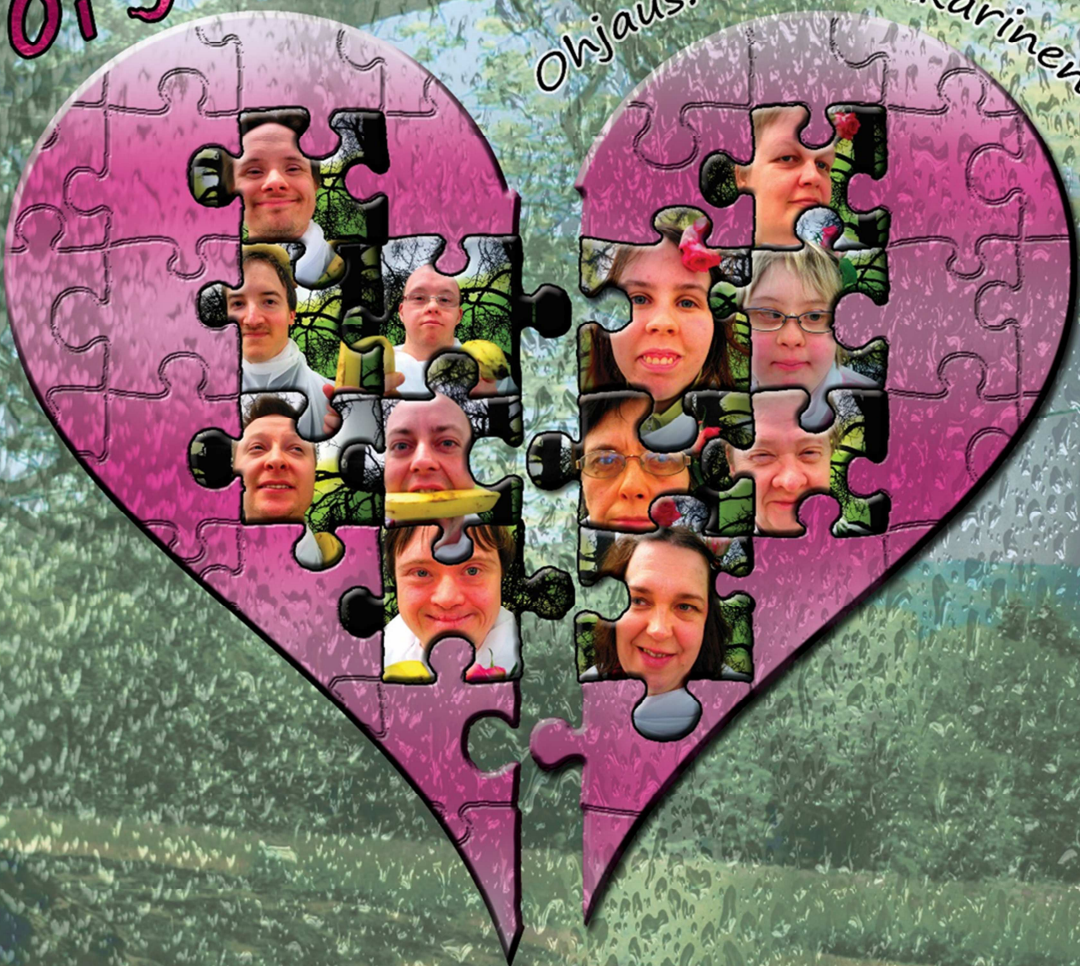
Wikipedia. Status. Viitattu 11.4. 2016.

https://fi.wikipedia.org/wiki/Sosiaalinen_status

*Oi Roomeot,
Oi Juuliat! <3*

Rakkaustarinoita
Shakespearen
innoittamana


Ohjaus: Liisi Lukkarinen



Ke 18.3. | To 19.3. | La 21.3.
Klo 13.00

Peruslippu 12€
S-etukortilla 10€

Lisätiedot ja lippuvaraukset:
040 7210 215 ja salonnayttamo.fi



Kuva 3. Juliste Graafikko: Tommi Suominen



Oi Roomeot, Oi Juuliat esitetään Salon Näyttämöllä ensi viikolla keskiviikkona, torstaina ja lauantaina.

Oi Roomeot, Oi Juuliat Näyttämön ja Kehitysvammahuollon yhteisproduktio

Salonjokilaakso

Salon Näyttämö ja Salon kaupungin kehitysvammahuollon yhteistyöproduktiot jatkuvat teatterin tekemisen merkeissä.

Ensi viikolla Näyttämöllä nähdään kolme kertaa Liisi Lukkariisen ohjaamana näytelmä Oi Roomeot, Oi Juuliat, joka pohtii mitä rakkaus pohjimiltaan on ja kenellä on oikeus rakastaa.

- Muun muassa kysymykset, voiko rakkautta sänöä, ja onko intohimo rakkautta ovat kysymyksiä, joihin haetaan vastauksia kuudella rakkaustarilla,

Lukkariinen kertoo.

Oi Roomeot, Oi Juuliat esityksessä rakastetaan ja vihaataan rakkautta suurella sydämellä.

- Tarinat koostuvat runoista, huumorista ja absurdista elämästä. Esitys toteutetaan ryhmälähtöisesti, Lukkariinen kertoo.

Suuri osa esiintyjistä on olut mukana jo aiemmissa yhteisproduktioissa.

Tuukka Hernesniemi ja Ilo-na Virtanen, Roomeo ja Juulia ovat innoissaan mukana.

- Vähän ehkä jännittää, parivaljakko sanoo.

Torstaina 19.3. klo 18.30
KORISLIIGAA SALON

VILPAS

VS

Liput
 Norm. 14,-
 S-Etukortilla

**OTTELU-
 ISÄNTÄ:**

MUISTA MYÖS Salkkarin maksu

Kuva 4. Salonjokilaakso 12.3.2015

Roomeot ja Juuliat rakkauden asialla

Salon Näyttämö ja Salon Kehitysvammahuolto toteuttavat teatteria jo seitsemättä kertaa yhdessä.

JONNA KIRJAVAINEN

Mitä rakkaus on, kenellä on siihen oikeus ja voiko sitä säilöä? Kuusi tarinaa rakkaudesta ja sen vihaamisesta pyrkivät vastaamaan ikuisuusksymyksiimme. Runot, huumori ja absurdit kertomukset elämästä siivittävät *Oi Roomeot, Oi Juuliat* -näytelmää. Salon Näyttämö ja Salon Kehitysvammahuolto yhteistyössä esittävät maaliskuun aikana kolmeen otteeseen *Shakespearesta* innoituksensa saaneen toteutuksen.

– Tarinoita kerrotaan rakkausjumalien avulla. Tavoitteenamme on saada aikaan hauska esitys, vaikka traagisuuskin on läsnä, näytelmän ohjaaja Liisi Lukkarinen kertoo.

Viime vuoden marraskuusta saakka on pidetty näytelmäkierhoa, mutta varsinaiset harjoitukset on vasta hiljattain aloitettu. Esityksen lavastus ja äänimaailma alkavat olla jo kunnossa.

Seitsemättä kertaa yhteistyössä toimiva ryhmä saa toisistaan voimaa. Näin ollen esityksen työstäminen on ollut hauskaa ja porukka on viihtynyt hyvin. Tämä pohjautuu ryhmälähtöiseen toteutukseen.

–Tämä tarkoittaa, että toimmme siis täysin ryhmän

ehdoilla, Lukkarinen kertoo.

Nimestään huolimatta roolit näytelmässä ovat tärkeitä, mutta toissijaisia. Lavalla ovat vuorotellen sekä rakastavaiset että rakkaustutkijat.

– Käytännössä kaikki ovat roomeita ja juulioita, Lukkarinen selventää.

Pian teatteri-ilmaisen ohjaajaksi valmistuva Lukkarinen kertoo, että *Oi Roomeot, Oi Juuliat* on suunnattu aivan kaikille, mitään tiettyä kohderyhmää ei ole.

– Näytelmän tarkoitus on viestiä oikeudesta ilmaista itseään. Voidaan kysyä: kenellä on oikeus rakastaa ja vastata, että jokaisella.

Juhlavuosi jatkaa rakkausteemalla

Salon Näyttämön loppuvuodenkin ohjelmisto alkaa olla koossa. 110-juhlavuoden aikana ollaan liikkeellä rakkaus- ja ihmissuhdeteemalla. *Täydelliset häät ja Kaunotar & Hirviö* nimikkeinä kertovat jo jotain.

Salon Näyttämö on harrastajalähtöinen teatteri, joka on toiminut yhdistysmuodossa vuodesta 2006. Yhdistyksen puheenjohtaja Matti Niemelä kertoo *Täydellisten häiden* tulevan ohjelmistoon jo varsin pian.

– Se on hauska ja sitä suosittelem.



Oi Roomeot, Oi Juuliat näytelmä pyrkii antamaan vastauksia rakkauteen liittyviin ikuisuusksymyksiin. Salon Näyttämö ja Salon Kehitysvammahuolto toteuttavat yhteistyössä kolme näytöstä maaliskuun aikana.

Tammikuusta alkaen puheenjohtajana toiminut Niemelä paljastaa, että 110-juh-

lavuoden kunniaksi vietetään varsinaista juhlaa loppuvuodesta, Sitä odotellessa

tekemistä vielä riittää. – Tähän kauteen on haalittu enemmän esityksiä. Yritämme tehdä hyvää ja kovalla luovuudella sekä työllä mennään eteenpäin.

Kuva 5. Salon Seudun Sanomat 10.3.2015

Rakkauden pauloissa

TEATTERI

SSS|VELI-MATTI HENTTONEN
veli-matti.henttonen@sss.fi

Oi Roomeot, Oi Juuliat. Ensi-ilta Salon Näyttämöllä 18.2. Salon Kehitysvam-
mahuollon yhteistyöpro-
jekti. Ohjaus: Liisi Luk-
karinen.

Salon Näyttämöllä eilen
ensi-iltansa (tai tarkemmin
työryhmä on saanut paljon
irti aiheesta. Rakkauden-
tunnustusten ja herkistely-
jen ohessa tarinaan kuuluu
muun muassa miekköjen
kalksetta ja sukurivaa, ku-
ten kaikki tietävät muun
muassa Romeon ja Julian
surullisesta rakkaustarinas-
ta.

Salon Näyttämön ja Sa-
lon Kehitysvammasuolun
yhteistyössä toteuttama
Oi Roomeot, Oi Juuliat on
samalla kertaa hauskas ja
oivaltava esitys. Runsaan
puolen tunnin aikana rak-
kaustutkijoiden ja muiden

sä tekijöiden kanssa lähin-
nä **Shakespeare** pohjalta
ideoimat tarinat vastaavat
kukin tavallaan ihmistä
aina Aatamista ja Eevasta
– hekin ovat mukana näy-
telmästä – asti puhuttane-
seen kysymyksen rakkaus-
desta ja sen olemuksesta.

Lukkarisen ohjauksessa
työryhmä on saanut paljon
irti aiheesta. Rakkauden-
tunnustusten ja herkistely-
jen ohessa tarinaan kuuluu
muun muassa miekköjen
kalksetta ja sukurivaa, ku-
ten kaikki tietävät muun
muassa Romeon ja Julian
surullisesta rakkaustarinas-
ta.

Salon Näyttämön ja Sa-
lon Kehitysvammasuolun
yhteistyössä toteuttama
Oi Roomeot, Oi Juuliat on
samalla kertaa hauskas ja
oivaltava esitys. Runsaan
puolen tunnin aikana rak-
kaustutkijoiden ja muiden

rakkauden kanssa teke-
misiin joutuvien kera poh-
ditaan muun muassa, mi-
tää rakkaus on, kenellä on
siihen oikeus ja voiko sitä
säilöä? Yhtenä kysymyksenä
heittäytyä ilmoille, voiko
rakkautta syödä?

Rakkauteen kuuluvaa sek-
siäkään ei ole unohtettu.
Näyttelijäkaarti omistuu
kauttaaltaan hyvin Jos joku
tarvitsee nestä työryhmäs-
tä esille, olkoon hän **Tommi
Helminen**, joka herkistää
niin Alrodin (**Arja Pajala**) kuin yleisönkin kauniilla
rakkautta huokuvalla lau-
lulla *Niin minä neitonen si-
nulle laulan*.

Näytelmän muissa tär-
keissä rooleissa ovat **Eva
Goershelmi, Heli Hable,**
**Tuukka Hernesniemi, Jo-
ni Härkönen, Juhla Peltö-
nen, Henna Ritala, Juhla
Saari, Marjatta Sainio,**
Tuomo Sirkkiä ja Ilona Vir-

Esitys on ohitse. On kukkien ja halausten vuoro.

tanen. **Sakari Korhosen**
kertojanrooli on näytelmäs-
mänä Roomeo tai Juulia.
Esityksen lavastus ja ää-
nimaailma toimivat hyvin.
Valoilla ja varjoilla sekä
esimerkiksi isoilla kankail-
la luodaan asiaan kuuluvia
tunnelmia. Myös iso punai-
nen sydän on esillä; kuten

rakkauteen kuuluu.
Oi Roomeot, Oi Juuliat
nähdään Salon Näyttämöllä
vielä kahteen kertaan. Seu-
raava esitys on heti tänään
torstaina kello 13. Näytel-
män voi nähdä lisäksi vielä
ensi lauantaina 21.3. Esitys
alkaa kello 13.

Salon Näyttämö/Matti Niemelä



Kuva 6. Salo Seudun Sanomat 19.3.2015

Eila Saarvan haastattelu

Eila Saarva:

1. *Jokaisella on erityisiä oppimisvaikeuksia, erityispiirteitä ja yksilölliset erityispiirteet pitää ottaa huomioon esim. kaikki kehitysvammaiset, eivät osaa lukea tai puhua. Liikuntavaikeudet jokaisella on myös yksilöllisiä. Kannattaa huomioida, että on mahdollisimman paljon erilaista toimintaa. Paljon monenlaisia kokeilumahdollisuuksia, kuten esimerkiksi: Naamio- tai varjoteatteria.*

2. *Tavallisia teatterilämmittelyharjoituksia ei tarvita, koska esiintyjien lavapreesens on sata prosenttinen.*

Harjoituksissa on käytetty rentoutumiseen pelejä. Esimerkiksi Juniortietovisa on hyvä jumituspeli. Peli johon palataan usein.

Juoruakan-päiväkirja- harjoitusta on käytetty näytelmän suunnitteluvaiheessa. Harjoituksessa kysytään: Kuka tekee? Mitä tekee? Mikä on syy? Kuka näkee? Mitä sanoo?

Muita hyväksi todettuja pelejä: Alias, Jazz, Heitetään sikaa ja DiXit.

DiXit pelin avulla on toteutunut monta käsikirjoitusta.

Kaikki pelit missä lauletaan toimivat.

Saduttaminen onnistuu, ohjaajan kysymysten avulla ryhmäläiset kertovat tarinan.

Teemapohjalta on esityksiä myös saatu aikaan, esimerkiksi mikä on Suomessa mukavaa tai ikävää?

3. *Kaikki toimii, amerikkalaista jalkapalloakin on pelattu soveltamalla.*

Tekstin opettelu ei toimi.

Käsikirjoitus on toteutettu piirrettyjen kuvien avulla. Sanoja on saatettu toistaa esityksessä kaikuna, jolloin näyttelijä toistaa kaiun kertoman asian.

4. *Kaikki positiiviset sanat, mitä keksin.*

Kehitysvammaisilla on vähän harrastuksia, elämä usein rajattua ja rajoitettua. Tällöin teatteriharrastus on tärkeä. Saa kokeilla eri rooleja, sekä tilanteita mitä elämässä voi tapahtua. (Normaalisti voi olla, että ei pääse käymään välttämättä kaupassa, diskossa ym.) Pääsee mielikuvituspaikkoihin ja saa olla tähti.

Ainoa haastava asia on, että jaksaminen on rajallista

Eila Saarva lähetti sähköpostilla Riekkomäen teatteriryhmän tavoitteet:

RIEKKOMÄEN TEATTERIRYHMÄSTÄ JA SEN TAVOITTEISTA

Syksystä 2008 Riekkomäen kehitysvammaisten asuntolassa on toiminut teatteriryhmä. Ryhmä on ollut mielekkääksi koettu harrastus talon asukkaille. Ryhmässä on toteutettu draamaa, nukketeatteria ja kuvaamataiteen projekteja.

HARRASTUS

Luova harrastusryhmä tuo laitoksessa asuvalle poikkeamista rutiinista, iloa sekä sisältöä elämään.

Kehitysvammaisille ei ole viljalti harrastuksia tarjolla tässä normaalien yhteiskunnassa ja vaikka olisi, kaikilla ei ole mahdollista kulkea asuntolan ulkopuolella harrastuksessa. Asuntolassa kokoontuva teatteriryhmä on arkiviikon kohokohta, jotain mitä odottaa. Harrastus lisää elämän mielekkyyttä.

RYHMÄ

Teatterin tekeminen on samalla hyvin yksilökeskeistä ja hyvin kollektiivista. Ryhmähenki tiivistyy, sosiaaliset taidot toivon mukaan karttuvat.

Riekkomäen teatteriryhmässä ei ole käytetty valmiita näytelmiä tai käsikirjoituksia, vaan ryhmäläiset ovat alusta asti prosessoineet käsikirjoitukset joko olemassa olevasta tai omasta tarinasta. Ryhmä on tehnyt moneen esitykseen lavasteita. Jokainen saa olla mukana haluamallaan tavalla. Ryhmän on kuunneltava jokaista tasavertaisesti ja otettava jokainen huomioon. Omia pyrkimyksiään joutuu mukauttamaan yhteisen päämäärän toteutumiseksi.

Yhdessä toimiessa saa enemmän aikaiseksi kuin yksin. Yhdessä syntyy suurempaa.

TEATTERI

Kun toimitaan ryhmälähtöisesti, teatterin tekemisen tavoite ei ole sama kuin ammattiteatterissa: saada aikaan huippuluokan kokemus, loistava teatteriesitys. Tavoitteena on kokemusten saaminen tekijöiden itsensä ellettäviksi. Teatteria tehdessä voi oppia tuntemaan itseään paremmin, löytää itsestään huikeita uusia puolia ja saada onnistumisen elämyksiä ja ennen kaikkea saada ilmaista itseään. "Teatteri-ilmaisussa monipuolisen kokemisen, tekemisen ja ilmaisun yhdistäminen voi tuoda keinoja käsittelä tiedostetun ajattelun ulottumattomissa olevia maailmankokemuksia. Teatteri-ilmaisu voi siis olla keino selittää itseämme ja maailmaa itsellemme." - Reetta Vehkalahti, Leikkivä teatteri.

Teatterin tekeminen on rakentavaa kaikille, mutta varsin mielekästä se voi olla henkilöille, joiden kielellinen ilmaisu on vaikeaa tai mahdotonta. Teatteri-ilmaisussa on myös tilaisuus elää todeksi ja kokeilla asioita, joihin todellisessa elämässä ei ole mahdollisuutta. Henkilöille, jotka eivät pääse matkustamaan, eivät edes tekemään päivittäisiä kauppaoستoksia tai jotka eivät pysty lukemaan ja sillä tavalla käyttämään omaa mielikuvitustaan, on teatterin tekeminen erilaisista asioista mitä huikein harrastus.

Ajateltaapa vielä esimerkkinä vaikka varjoteatteria. Lähes kaikki pystyvät piirtämään varjohahmoja. Ei tarvitse olla ”hyvä piirtäjä”. Hahmot näyttävät joka tapauksessa varjokankaalla mahtavalta ja mielenkiintoiselta. Varjoteatterissa ja teatterissa yleensä on siis nostetta!

JA KUITENKIN - ESITYS

Teatteriryhmässä esitys ei ole itsetarkoitus ja prosessi on tärkeämpi kuin lopputulos. Silti teatteriryhmä tuottaa esityksiä. Jo lähtökohdaksi tarvitaan se, että lopputulos esitetään. Tämä tavoite motivoi ja toimii koko prosessin moottorina käsikirjoituksesta harjoituksiin, rekvisiitan ja nukketheaterihahmojen tekemiseen, roolivaatteiden kokeiluun ja valintaan sekä itse esitykseenkin.

Lopputuloksena on toivottavasti onnistuneen prosessin lisäksi omannäköinen esitys, asuntolan asukkaiden omaa kulttuuria asuntolan omiin juhliin. Se on arvokasta. Mielihyvä ja palkinto toimivasta harrastuksesta on kouriintuntuva ja suurenmoinen.

Tuomas Suominen haastattelu

Tuomas Suominen: Itse olen ottanut kehitysvammaisia teatterin harrastajia ohjatesani huomioon monenlaisia asioita. Kehitysvammaiset saattavat reagoida paljon vahvemmillä tunteilla ja kokea erilaiset pyynnöt ja käskyt, joko loukkaavina tai vitseinä. Täten olen pitänyt puheeni ja työtapani mahdollisimman neutraalina. Yhdessä voidaan tietysti nauraa mutta negatiiviset reaktiot saattavat kantaa pidemmällekin.

Paras tapa on tietenkin erilaisten ryhmässä tehtävien yksilöharjoitteiden kautta tutustuminen jokaiseen erilaiseen persoonaan sekä kehitysvammaan. Olen myös tiedustellut henkilöistä kehitysvammaisten ohjaajilta sekä tehnyt taustatyötä esimerkiksi internetin kautta. Lähden aina tutustumaan uusiin kehitysvammaisiin ennakkoluulottomasti sillä ajatusmaailmalla, että he ovat aikuisia ihmisiä kuten minäkin. Toisaalta hyvänä lähtökohtana on myös asettua itse heidän tasolleen.

Suurin osa ohjattavistani on ollut noin 4-7 vuotiaan mentaaliselle tasolle jääneitä aikuisia. Kehitysvammaisten kirjo on ollut laaja ohjauksissani, mutta esimerkiksi Downin syndroomaa "sairastavat" ovat olleet helpoimpia ohjattavia.

Leikki nimeltä "Vish-poing-päng" on ollut erittäin suosittu ja toimiva leikki kehitysvammaisten teatterin harrastajien kanssa. Leikissä seistään ringissä ja siirretään mielikuvituspalloa vierustoverille sanoen vish. Suuntaa voi muuttaa torjumalla pallon, poing, tai sen voi heittää ringin toiselle puolelle, päng. Mikäli ringissä on ollut joku huomattavasti hitaampi yksilö, on hän saanut apua ja tsemppiä vierustovereilta.

Lisäksi kaikki fyysiset harjoitteet, joissa käytetään musiikkia apuna, ovat tuottaneet hyvää tulosta. Myös ns. "kävelyharjoitus" on ollut toimiva ja josta monet ovat pitäneet. Kävelyharjoituksessa harrastajat kävelevät omaa tahtiaan tilassa ja väliin sanon tunnetilan muutoksia, jolloin he muuttavat kävelytyyliään, päästelevät ääniä tai fysiikka muuttuu jollakin muulla tavalla. Olen kokenut tässä parhaaksi käyttää itse tunnetilojen tilalla esimerkiksi eläimiä. Oma suosikkini "kävelyharjoituksessa" on se, että olen pyytänyt harrastajia pysähtymään, löytämään jotain ja tutkimaan sitä. Olen kierrellyt tilassa kyselemässä mitä kukin on löytänyt ja näistä on kehitetty lisää harjoitteita ja jopa valmista tekstiä näytelmää varten.

Joillain harrastajilla on toiminut oman sketsihahmon luonti. Näitäkin on käytetty, kun ollaan alettu rakentamaan näytelmän tekstiä.

Nopeaa ajattelua ja tarkkaa keskittymistä vaativat harjoitteet, kuten improvisaatio ja ”assosiaatio-peli” eivät taas toimi kovinkaan hyvin. Improvisaatiossa monella on iskenyt ujous, toisilla taas pettää kontrolli kokonaan.

Assosiaatio-pelissä ollaan taas ringissä ja osoittamalla kaveria pitäisi nopeasti osoitetun nopeasti reagoida sanomalla ensimmäinen mieleen tullut sana osoittajan antamasta sanasta. Samalla pitäisi vielä löytää kaveri, jolle ”heittää pallo”. Harjoitteiden tahti hidastuu huomattavasti ja tämä saattaa ärsyttää kanssaharrastajia. Näitäkin voi tietenkin aina kokeilla mutta esimerkiksi mainitsemani assosiaatio-pelissä ei ole järjen hiventäkään vaan se on ollut ryhmälle enemmän hassujen sanojen sanomista.

Lukutaidottomuus on myös varsin yleistä kehitysvammaisilla, joten valmiin tekstin käyttö saattaa olla hankalaa paikoittain.

Positiivisina vaikutuksina teatteriharrastuksella kehitysvammaisiin harrastajiin nousee päällimmäisenä mieleen ryhmään kuuluvuus. Heittäytyminen toisen saappaisiin, elää unelmiaan, esittää sitä mitä haluaisi olla. Naurattaa toisia ja tsempata kaveria. Teatteriharrastuksessa käytettävät harjoitteet saattavat myös kehittää kehitysvammaista toimimaan paremmin yhteiskunnassa, tästä minulla ei ole näyttöä mutta en laskisi tällaista mahdollisuutta pois.

Negatiivisina vaikutuksina näkisin taas mahdollisen syrjäytymisen, kun jäät jostain paitsi teatterin takia taikka sen takia ettet päässyt mukaan. Ehkä toisena negatiivisena vaikutuksena näkisin riittämättömyyden tunteen, kun toiset vaikuttavat paremmilta tai jos on itse liian ujo. Uskon, että nämä ovat tunteita, jotka kehitysvammainen varmasti ottaa raskaasti.

Itselle kehitysvammaisten teatterin harrastajien ohjaus on antanut paljon. On mukavaa työskennellä niin aitojen ihmisten parissa. Lisäksi se on auttanut minua ymmärtämään paremmin kehitysvammaisia sekä rikkonut ennakkoluulojani. Paikoittain tietysti teräshermot ovat tarpeen mutta niin se on kaikkien harrastajien kanssa.

